

# ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - CARDÁPIO OUTUBRO 2025

## CARDÁPIO 1: ALUNOS DA CRECHE DE 4 A 5 MESES

(PERÍODO INTEGRAL)



DATA	DIA	DESJEJUM (08:00-08:30H)	ALMOÇO (10:30-11:30H)	LANCHE (13:00-13:30H)	JANTAR (14:50-15:30H)
01	Qua	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
02	Qui	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
03	Sex	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
06	Seg	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
07	Ter	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
08	Qua	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
09	Qui	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
10	Sex	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
13	Seg	DIA DOS PROFESSORES			
14	Ter	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
15	Qua	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
16	Qui	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
17	Sex	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
20	Seg	DIA "D" PARA ELABORAÇÃO DO PPP			
21	Ter	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
22	Qua	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
23	Qui	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
24	Sex	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
27	Seg	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
28	Ter	DIA DO SERVIDOR PÚBLICO			
29	Qua	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
30	Qui	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
31	Sex	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1

OBS: Não há adição de açúcar nas preparações dos cardápios de creche.

Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)	vitamina A	vitamina C	cálcio	ferro
459,00	9,90	23,40	52,20	130,50	471,00	89,10	324,00	6,39

Secretaria Municipal de Educação - SME  
Luiz Henrique Lima Affonso  
Nutricionista  
CRN3 45427

Maria Ap. Bakos  
Coordenadora  
CRN 10443



**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - CARDÁPIO OUTUBRO 2025**  
**CARDÁPIO 2: ALUNOS DA CRECHE DE 6 A 12 MESES**  
**(PERÍODO INTEGRAL)**



DATA	DIA	DESJEJUM (08:00-08:30H)	ALMOÇO (10:30-11:30H)	LANCHE (13:00-13:30H)	JANTAR (14:50-15:30H)
01	Qua	Fórmula infantil 2	Papa: Arroz / feijão carioca / isca de frango ao sugo / cenoura cozida em rodela. Mamão em papa	Fórmula infantil 2	Sopa creme de abóbora com mandioca, tomate e ovo
02	Qui	Fórmula infantil 2	Papa: Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / frango desfiado com abóbora / couve refogada. Banana amassada	Fórmula infantil 2	Sopa creme de feijão com frango desfiado, batata doce e cenoura
03	Sex	Fórmula infantil 2	Papa: Arroz / feijão carioca / omelete com abobrinha / acelga refogada. Maça raspada	Fórmula infantil 2	Sopa creme de mandioca com abobrinha, cenoura e carne moída
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
06	Seg	Fórmula infantil 2	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / ovo mexido com cenoura ralada / abóbora cozida. Maça raspada	Fórmula infantil 2	Sopa creme de feijão com carne moída, batata doce e abobrinha
07	Ter	Fórmula infantil 2	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / carne moída com batata / abobrinha refogada com cheiro verde. Melancia em papa	Fórmula infantil 2	Sopa creme de batata com tomate, acelga e frango desfiado
08	Qua	Fórmula infantil 2	Papa: Batata / feijão carioca peneirado / frango desfiado com cenoura ralada / acelga refogada. Maça raspada	Fórmula infantil 2	Sopa creme de fubá com cenoura ralada, couve e ovo
09	Qui	Fórmula infantil 2	Papa: Arroz / feijão carioca / peixe assado com batata e tomate / salada de alface. Banana amassada	Fórmula infantil 2	Sopa de legumes (batata doce e abóbora) com macarrão e frango desfiado
10	Sex	Fórmula infantil 2	Papa: Macarrão ao sugo / feijão carioca peneirado / frango desfiado com batata / couve refogada. Melancia em papa	Fórmula infantil 2	Caldo rosa (cenoura, beterraba e batata) com ovo
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
13	Seg	<b>DIA DOS PROFESSORES</b>			
14	Ter	Fórmula infantil 2	Papa: Macarrão a bolonhesa de lentilha / feijão carioca peneirado / escarola refogada. Mamão em papa *	Fórmula infantil 2	Sopa creme de feijão com tomate, abóbora e repolho *
15	Qua	Fórmula infantil 2	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / polenta de carne moída ao sugo / abobrinha refogada com cheiro verde. Melancia em papa	Fórmula infantil 2	Sopa de legumes (batata doce e cenoura) com macarrão e frango desfiado
16	Qui	Fórmula infantil 2	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / carne moída com chuchu / abóbora cozida. Banana amassada	Fórmula infantil 2	Sopa creme de batata com tomate, escarola e frango desfiado
17	Sex	Fórmula infantil 2	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / frango desfiado com acelga / cenoura cozida com cheiro verde. Maça raspada	Fórmula infantil 2	Sopa creme de feijão com arroz, batata e frango desfiado
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
20	Seg	<b>DIA "D" PARA ELABORAÇÃO DO PPP</b>			
21	Ter	Fórmula infantil 2	Papa: Mandioca / feijão carioca peneirado / frango desfiado com cheiro verde / batata doce cozida. Mamão em papa	Fórmula infantil 2	Sopa creme de abóbora com mandioca, tomate e frango desfiado
22	Qua	Fórmula infantil 2	Papa: Macarrão ao sugo / feijão carioca peneirado / frango desfiado com tomate / beterraba cozida. Maça raspada	Fórmula infantil 2	Sopa creme de fubá com tomate, chuchu e ovo
23	Qui	Fórmula infantil 2	Papa: Arroz / feijão preto peneirado / carne desfiada com mandioca / couve refogada. Banana amassada	Fórmula infantil 2	Sopa creme de feijão com arroz, repolho e frango desfiado
24	Sex	Fórmula infantil 2	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / frango desfiado com batata / abóbora cozida. Melancia em papa	Fórmula infantil 2	Sopa creme de mandioca com cenoura, abobrinha e carne moída
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
27	Seg	<b>DIA DO SERVIDOR PÚBLICO</b>			
28	Ter	Fórmula infantil 2	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / frango desfiado com cheiro verde / chuchu refogado. Maça raspada	Fórmula infantil 2	Caldo rosa (cenoura, beterraba e batata) com ovo
29	Qua	Fórmula infantil 2	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / kibe de PTS clara (com batata) / salada de alface. Mamão em papa *	Fórmula infantil 2	Sopa creme de feijão com chuchu, abóbora e couve *
30	Qui	Fórmula infantil 2	Papa: Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca peneirado / frango desfiado ao sugo / escarola refogada. Maça raspada	Fórmula infantil 2	Sopa creme de abóbora com tomate e carne moída
31	Sex	Fórmula infantil 2	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / frango desfiado com abóbora / repolho refogado. Banana amassada	Fórmula infantil 2	Canja (arroz, frango desfiado, batata e cenoura)

\* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

OBS1: Não há adição de açúcar nas preparações dos cardápios de creche.

OBS2: Há arroz e feijão provenientes da agricultura familiar distribuídos no cardápio, sem data definida.

OBS3: Sugo: molho feito a base de extrato de tomate; Bolonhesa: molho feito a base de extrato de tomate com carne moída ou lentilha.

Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)	vitamina A	vitamina C	cálcio	ferro
625,90	21,98	23,61	81,36	381,52	752,38	62,77	328,59	6,42

*Luiz Henrique Lima Affonso*  
 Secretária Municipal de Educação - SME  
 Luiz Henrique Lima Affonso  
 Nutricionista  
 CRN3 45427

*Maria Ap. Bakos*  
 Coordenadora  
 10-43



**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - CARDÁPIO OUTUBRO 2025**  
**CARDÁPIO 3: ALUNOS DA CRECHE DE 1 A 4 ANOS**  
**(PERÍODO INTEGRAL)**



DATA	DIA	DESJEJUM (08:00-08:30H)	ALMOÇO (10:30-11:30H)	LANCHE (13:00-13:30H)	JANTAR (14:50-15:30H)
01	Qua	Mingau: Leite batido com amido de milho e banana	Arroz / feijão carioca / Isca de frango ao sugo / cenoura cozida em rodela. Mamão	Melancia	Sopa creme de abóbora com mandioca, tomate e ovo
02	Qui	Leite batido com maçã, cacau e uva passa / pão francês com patê caseiro de cenoura	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / frango desfiado com abóbora / couve refogada. Banana	Leite batido com mamão e uva passa	Sopa creme de feijão com frango desfiado, batata doce e cenoura
03	Sex	Leite batido com mamão e uva passa / bolo caseiro de banana	Arroz / feijão carioca / omelete com abobrinha / salada de acelga. Maçã	Banana	Sopa creme de mandioca com abobrinha, cenoura e carne moída
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
06	Seg	Leite batido com banana, cacau e uva passa / pão de queijo de forma caseiro	Arroz / feijão carioca / ovo mexido com cenoura ralada / abóbora cozida em cubos. Maçã	Mamão	Sopa creme de feijão com carne moída, batata doce e abobrinha
07	Ter	Leite batido com mamão / biscoito caseiro de polvilho	Arroz / feijão carioca / carne moída com batata / abobrinha em palito refogada com cheiro verde. Melancia	Leite batido com maçã e uva passa	Sopa creme de batata com tomate, acelga e frango desfiado
08	Qua	Mingau: Leite batido com amido de milho e banana	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com cenoura ralada / acelga refogada. Maçã	Banana	Sopa creme de fubá com cenoura ralada, couve e ovo
09	Qui	Leite batido com maçã / pão francês com requeijão caseiro	Arroz / feijão carioca / peixe assado com batata e tomate / salada de alface. Banana	Melancia	Sopa de legumes (batata doce e abóbora) com macarrão e frango desfiado
10	Sex	Leite batido com mamão e uva passa / brownie de banana com cacau	Macarrão ao sugo / feijão carioca / frango em cubos com batata / couve refogada. Melancia	Leite batido com banana e uva passa	Caldo rosa (cenoura, beterraba e batata) com ovo
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
13	Seg	<b>DIA DOS PROFESSORES</b>			
14	Ter	Leite batido com maçã e uva passa / pão francês com manteiga	Macarrão a bolonhesa de lentilha / feijão carioca / escarola refogada. Mamão *	Leite batido com banana e uva passa	Sopa creme de feijão com tomate, abóbora e repolho *
15	Qua	Leite batido com maçã / pão de queijo de forma caseiro	Arroz / feijão carioca / polenta com carne moída ao sugo / abobrinha em palito refogada com cheiro verde. Melancia	Maçã	Sopa de legumes (batata doce e cenoura) com macarrão e frango desfiado
16	Qui	Leite batido com maçã / pão francês com patê caseiro de cenoura	Arroz / feijão carioca / carne moída com chuchu / abóbora cozida em cubos. Banana	Leite batido com mamão e uva passa	Sopa creme de batata com tomate, escarola e frango desfiado
17	Sex	Leite batido com cacau, banana e uva passa / biscoito caseiro de orégano	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com acelga / cenoura cozida com cheiro verde. Maçã	Banana	Sopa creme de feijão com arroz, batata e frango desfiado
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
20	Seg	<b>DIA "D" PARA ELABORAÇÃO DO PPP</b>			
21	Ter	Leite batido com maçã / bolo caseiro de banana	Arroz / feijão carioca / frango desfiado com cheiro verde / batata doce cozida. Mamão	Melancia	Sopa creme de abóbora com mandioca, tomate e frango desfiado
22	Qua	Mingau: Leite batido com amido de milho e banana	Macarrão ao sugo / feijão carioca / frango desfiado com tomate / beterraba cozida em cubos. Maçã	Banana	Sopa creme de fubá com tomate, chuchu e ovo
23	Qui	Leite batido com mamão / pão francês com patê caseiro de cenoura	Arroz / feijão preto / carne desfiada com mandioca / couve refogada. Banana	Maçã	Sopa creme de feijão com arroz, repolho e frango desfiado
24	Sex	Leite batido com maçã / biscoito caseiro de banana	Arroz / feijão carioca / frango em cubos com batata / abóbora cozida em cubos. Melancia	Banana	Sopa creme de mandioca com cenoura, abobrinha e carne moída
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
27	Seg	<b>DIA DO SERVIDOR PÚBLICO</b>			
28	Ter	Leite batido com banana e uva passa / pão de queijo de forma	Arroz / feijão carioca / frango desfiado com batata e cheiro verde / chuchu em cubos refogado. Maçã	Leite batido com mamão e uva passa	Caldo rosa (cenoura, beterraba e batata) com ovo
29	Qua	Mingau: Leite batido com amido de milho e banana	Arroz / feijão carioca / kibe de PTS clara (com batata) / salada de alface. Mamão *	Leite batido com mamão e uva passa	Sopa creme de feijão com chuchu, abóbora e couve *
30	Qui	Leite batido com cacau, banana e uva passa / pão francês com requeijão caseiro	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / frango em cubos ao sugo / escarola refogada. Maçã	Leite batido com banana e mamão	Sopa creme de abóbora com tomate e carne moída
31	Sex	Leite batido com mamão e uva passa / bolo caseiro de banana	Arroz / feijão carioca / frango desfiado com abóbora em cubos / repolho refogado. Banana	Maçã	Canja (arroz, frango desfiado, batata e cenoura)

\* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

OBS1: Não há adição de açúcar nas preparações dos cardápios de creche.

OBS2: As preparações de leite com cacau serão substituídas por leite batido com frutas variadas para as crianças menores de 02 anos.

OBS3: Há arroz e feijão provenientes da agricultura familiar distribuídos no cardápio, sem data definida.

OBS4: Sugo: molho feito a base de extrato de tomate; Bolonhesa: molho feito a base de extrato de tomate com carne moída ou lentilha.

Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)	vitamina A	vitamina C	cálcio	Ferro
908,60	30,84	24,82	115,48	876,28	736,62	65,16	356,00	4,12

Secretaria Municipal de Educação - SME  
**Luiz Henrique Lima Affonso**  
 Nutricionista  
 CRN3 45427

**Maria Ap. Bakos**  
 Coordenadora  
 CRN 10.443



**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - CARDÁPIO OUTUBRO 2025**  
**CARDÁPIO 4: ALUNOS DA CRECHE/EMEI DE 3 A 4 ANOS**  
**(PERÍODO PARCIAL)**



DATA	DIA	DESJEJUM OU LANCHE (08:00-08:30H OU 13:00-13:30H)	ALMOÇO OU JANTAR (10:30-11:30H OU 14:50-15:30H)
01	Qua	Mingau: Leite batido com amido de milho e banana	Arroz / feijão carioca / isca de frango ao sugo / cenoura cozida em rodela. Mamão
02	Qui	Leite batido com maçã, cacau e uva passa / pão francês com patê caseiro de cenoura	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / frango desfiado com abóbora / couve refogada. Banana
03	Sex	Leite batido com mamão e uva passa / bolo caseiro de banana	Arroz / feijão carioca / omelete com abobrinha / salada de acelga. Maçã
DATA	DIA	DESJEJUM OU LANCHE	ALMOÇO OU JANTAR
06	Seg	Leite batido com banana, cacau e uva passa / pão de queijo de forma caseiro	Arroz / feijão carioca / ovo mexido com cenoura ralada / abóbora cozida em cubos. Maçã
07	Ter	Leite batido com mamão / biscoito caseiro de polvilho	Arroz / feijão carioca / carne moída com batata / abobrinha em palito refogada com cheiro verde. Melancia
08	Qua	Mingau: Leite batido com amido de milho e banana	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com cenoura ralada / acelga refogada. Maçã
09	Qui	Leite batido com maçã / pão francês com requeijão caseiro	Arroz / feijão carioca / peixe assado com batata e tomate / salada de alface. Banana
10	Sex	Leite batido com mamão e uva passa / brownie de banana com cacau	Macarrão ao sugo / feijão carioca / frango em cubos com batata / couve refogada. Melancia
DATA	DIA	DESJEJUM OU LANCHE	ALMOÇO OU JANTAR
13	Seg	<b>DIA DOS PROFESSORES</b>	
14	Ter	Leite batido com maçã / pão de queijo de forma caseiro	Arroz / feijão carioca / polenta com carne moída ao sugo / abobrinha em palito refogada com cheiro verde. Melancia
15	Qua	Leite batido com maçã e uva passa / pão francês com manteiga	Macarrão a bolonhesa de lentilha / feijão carioca / escarola refogada. Mamão *
16	Qui	Leite batido com maçã / pão francês com patê caseiro de cenoura	Arroz / feijão carioca / carne moída com chuchu / abóbora cozida em cubos. Banana
17	Sex	Leite batido com cacau, banana e uva passa / biscoito caseiro de orégano	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com acelga / cenoura cozida com cheiro verde. Maçã
DATA	DIA	DESJEJUM OU LANCHE	ALMOÇO OU JANTAR
20	Seg	<b>DIA "D" PARA ELABORAÇÃO DO PPP</b>	
21	Ter	Leite batido com maçã / bolo caseiro de banana	Arroz / feijão carioca / frango desfiado com cheiro verde / batata doce cozida. Mamão
22	Qua	Mingau: Leite batido com amido de milho e banana	Macarrão ao sugo / feijão carioca / frango desfiado com tomate / beterraba cozida em cubos. Maçã
23	Qui	Leite batido com mamão / pão francês com patê caseiro de cenoura	Arroz / feijão preto / carne desfiada com mandioca / couve refogada. Banana
24	Sex	Leite batido com maçã / biscoito caseiro de banana	Arroz / feijão carioca / frango em cubos com batata / abóbora cozida em cubos. Melancia
DATA	DIA	DESJEJUM OU LANCHE	ALMOÇO OU JANTAR
27	Seg	<b>DIA DO SERVIDOR PÚBLICO</b>	
28	Ter	Leite batido com banana e uva passa / pão de queijo de forma	Arroz / feijão carioca / frango desfiado com batata e cheiro verde / chuchu em cubos refogado. Maçã
29	Qua	Mingau: Leite batido com amido de milho e banana	Arroz / feijão carioca / kibe de PTS clara (com batata) / salada de alface. Mamão *
30	Qui	Leite batido com cacau, banana e uva passa / pão francês com requeijão caseiro	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / frango em cubos ao sugo / escarola refogada. Maçã
31	Sex	Leite batido com mamão e uva passa / bolo caseiro de banana	Arroz / feijão carioca / frango desfiado com abóbora em cubos / repolho refogado. Banana

\* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

OBS1: Não há adição de açúcar nas preparações dos cardápios de creche.

OBS2: Há arroz e feijão provenientes da agricultura familiar distribuídos no cardápio, sem data definida.

OBS3: Sugo: molho feito a base de extrato de tomate; Bolonhesa: molho feito a base de extrato de tomate com carne moída ou lentilha.

Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)	vitamina A	vitamina C	calcio	Ferro
641,30	23,73	23,30	83,08	827,42	412,40	30,42	325,70	2,85

Secretaria Municipal de Educação - SME  
**Luiz Henrique Lima Affonso**  
 Nutricionista  
 CRN3 45427

**Maria Ap. Bakos**  
 Coordenadora  
 CRN 10.443

**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - CARDÁPIO OUTUBRO 2025**  
**CARDÁPIO 5: ALUNOS DA EMEI, EMEF E EMEIF DE 4 ANOS A 10 ANOS**  
**(LANCHE COMPLEMENTAR)**

5  
BIA  
10  
4 AN

DATA	DIA	LANCHE (07:00H OU 16:00H)
01	Qua	Leite batido com maçã e cacau
02	Qui	Leite batido com mamão
03	Sex	Leite batido com banana
DATA	DIA	LANCHE
06	Seg	Leite batido com mamão
07	Ter	Leite batido com maçã
08	Qua	Leite batido com banana
09	Qui	Leite batido com banana e cacau
10	Sex	Leite batido com mamão
DATA	DIA	LANCHE
13	Seg	<b>DIA DOS PROFESSORES</b>
14	Ter	Leite batido com mamão
15	Qua	Leite batido com maçã
16	Qui	Leite batido com banana
17	Sex	Leite batido com banana e cacau
DATA	DIA	LANCHE
20	Seg	<b>DIA "D" PARA ELABORAÇÃO DO PPP</b>
21	Ter	Leite batido com mamão
22	Qua	Leite batido com banana
23	Qui	Leite batido com maçã
24	Sex	Leite batido com banana e cacau
DATA	DIA	LANCHE
27	Seg	<b>DIA DO SERVIDOR PÚBLICO</b>
28	Ter	Leite batido com mamão
29	Qua	Leite batido com banana
30	Qui	Leite batido com banana e cacau
31	Sex	Leite batido com maçã

Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)	vitamina A	vitamina C	cálcio	Ferro
167,90	5,55	5,43	24,22	66,01	91,08	10,72	177,65	0,19

<p><i>Luiz Henrique Lima Affonso</i>          Secretária Municipal de Educação - SME          Luiz Henrique Lima Affonso          Nutricionista          CRN3 45427</p>	<p><i>Maria Ap. Bakos</i>          Coordenadora          CRN 10440</p>
---	--



**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - CARDÁPIO OUTUBRO 2025**  
**CARDÁPIO 6: ALUNOS DA EMEI, EMEF, EMEIF DE 4 A 10 ANOS**  
**(PERÍODO PARCIAL)**



DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)	SOBREMESA (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)
01	Qua	Arroz / feijão carioca / pernil em cubos refogado com cebola e tomate / purê de batata	Suco de acerola
02	Qui	Arroz / feijão carioca / isca de frango com chuchu / beterraba cozida	Banana
03	Sex	Macarrão a bolonhesa / abobrinha refogada / salada de acelga	Suco de caju
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE	SOBREMESA
06	Seg	Arroz / feijão carioca / omelete com cheiro verde / abóbora cozida em cubos / salada de acelga	Mamão
07	Ter	Polenta de carne moída ao sugo / abobrinha em palito refogada com cheiro verde	Melancia
08	Qua	Sanduíche de pão de leite com frango desfiado ao sugo com cenoura ralada	Suco de maracujá
09	Qui	Brownie de banana com cacau	Creme de chocolate
10	Sex	Macarrão ao sugo / frango em cubos com cenoura / couve refogada	Suco de goiaba
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE	SOBREMESA
13	Seg	<b>DIA DOS PROFESSORES</b>	
14	Ter	Macarrão a bolonhesa de lentilha / escarola refogada *	Mamão / suco de uva tinto orgânico da agricultura familiar
15	Qua	Arroz / feijão carioca / pernil cozido com batata / salada de acelga	Maçã
16	Qui	Arroz / feijão preto com linguiça / farofa temperada (alho e cebola) / couve refogada	Banana
17	Sex	Arroz / feijão carioca / tiras de frango com seleta de legumes	Suco de caju
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE	SOBREMESA
20	Seg	<b>DIA "D" PARA ELABORAÇÃO DO PPP</b>	
21	Ter	Macarrão ao alho e óleo / frango refogado / cenoura ralada	Suco de goiaba
22	Qua	Polenta de carne moída ao sugo / beterraba cozida em cubos / salada de repolho	Melancia
23	Qui	Arroz / feijão preto / carne desfiada com mandioca / couve refogada	Banana
24	Sex	Arroz / feijão carioca / isca de frango acebolada / batata rústica (assada com casca)	Maçã
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE	SOBREMESA
27	Seg	<b>DIA DO SERVIDOR PÚBLICO</b>	
28	Ter	Arroz / feijão carioca / kibe de PTS (com batata) / escarola refogada *	Melancia
29	Qua	Macarrão ao alho e óleo / almôndega ao sugo / salada de alface	Mamão
30	Qui	Arroz / feijão carioca / peixe assado com batata e tomate / salada de alface	Banana
31	Sex	Arroz / feijão carioca / carne moída com abóbora em cubos / repolho refogado	Maçã

\* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

OBS: Há arroz, feijão e suco de uva integral orgânico provenientes da agricultura familiar distribuídos no cardápio, sem data definida.

OBS: Sugo: molho feito a base de extrato de tomate; Bolonhesa: molho feito a base de extrato de tomate com carne moída ou lentilha.

Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
418,60	14,94	9,06	69,34	696,89

<p><i>Luiz Henrique Lima Affonso</i>  <b>Secretaria Municipal de Educação - SME</b>  <b>Luiz Henrique Lima Affonso</b>  Nutricionista  CRN3 45427</p>	<p><i>Maria A.S. Barros</i>  <b>Maria A.S. Barros</b>  Coordenadora  CRN 19443</p>
---	--

**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREI - CARDÁPIO OUTUBRO 2025**  
**CARDÁPIO 6: ALUNOS DA EMEI, EMEF, EMEIF DE 4 A 10 ANOS**  
**(PERÍODO PARCIAL) - JAM**



DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)	SOBREMESA (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)
01	Qua	Arroz / feijão carioca / pernil em cubos refogado com cebola e tomate / purê de batata	Suco de acerola
02	Qui	Arroz / feijão carioca / isca de frango com chuchu / beterraba cozida	Banana
03	Sex	Macarrão a bolonhesa / abobrinha refogada / salada de acelga	Suco de caju
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE	SOBREMESA
06	Seg	Arroz / feijão carioca / omelete com cheiro verde / abóbora cozida em cubos / salada de acelga	Mamão
07	Ter	Polenta de carne moída ao sugo / abobrinha em palito refogada com cheiro verde	Melancia
08	Qua	Sanduíche de pão de leite com frango desfiado ao sugo com cenoura ralada	Suco de maracujá
09	Qui	Brownie de banana com cacau	Creme de chocolate
10	Sex	Macarrão ao sugo / frango em cubos com cenoura / couve refogada	Suco de goiaba
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE	SOBREMESA
13	Seg	Macarrão a bolonhesa de lentilha / escarola refogada *	Mamão / suco de uva tinto orgânico da agricultura familiar
14	Ter	Arroz / feijão carioca / pernil cozido com batata / salada de acelga	Maçã
15	Qua	<b>DIA DOS PROFESSORES</b>	
16	Qui	Arroz / feijão preto com linguíça / farofa temperada (alho e cebola) / couve refogada	Banana
17	Sex	Arroz / feijão carioca / tiras de frango com seleta de legumes	Suco de caju
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE	SOBREMESA
20	Seg	Arroz / feijão carioca / frango desfiado ao sugo com cenoura ralada e alface	Suco de maracujá
21	Ter	Macarrão ao alho e óleo / frango refogado / cenoura ralada	Suco de goiaba
22	Qua	Polenta de carne moída ao sugo / beterraba cozida em cubos / salada de repolho	Melancia
23	Qui	Arroz / feijão preto / carne desfiada com mandioca / repolho refogado	Banana
24	Sex	Arroz / feijão carioca / isca de frango acebolada / batata rústica (assada com casca)	Maçã
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE	SOBREMESA
27	Seg	Arroz / feijão carioca / kibe de PTS (com batata) / escarola refogada *	Melancia
28	Ter	Arroz / feijão carioca / frango desfiado refogado (extrato de tomate) com tomate	Suco de acerola
29	Qua	Macarrão ao alho e óleo / almôndega ao sugo / salada de alface	Mamão
30	Qui	Arroz / feijão carioca / peixe assado com batata e tomate / salada de alface	Banana
31	Sex	Arroz / feijão carioca / carne moída com abóbora em cubos / repolho refogado	Maçã

\* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

OBS: Ha arroz, feijão e suco de uva integral orgânico provenientes da agricultura familiar distribuídos no cardápio, sem data definida.

OBS: Sugo: molho feito a base de extrato de tomate; Bolonhesa: molho feito a base de extrato de tomate com carne moída ou lentilha.

Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
412,50	15,12	8,39	69,14	638,75

<p><i>Luiz Henrique Lima Affonso</i>  Secretaria Municipal de Educação - SME  <b>Luiz Henrique Lima Affonso</b>  Nutricionista  CRN3 45427</p>	<p><i>Maria Ap. Bakos</i>  Coordenadora  CRN 10-43</p>
--	--



## ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - CARDÁPIO OUTUBRO 2025

## CARDÁPIO 6: ALUNOS DA EMEI, EMEF, EMEIF DE 4 A 10 ANOS

(PERÍODO PARCIAL) - CEPAC



DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)	SOBREMESA (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)
01	Qua	Arroz / feijão carioca / pernil em cubos refogado com cebola e tomate / purê de batata	Suco de acerola
02	Qui	Arroz / feijão carioca / isca de frango com chuchu / beterraba cozida	Banana
03	Sex	Macarrão a bolonhesa / abobrinha refogada / salada de acelga	Suco de caju
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE	SOBREMESA
06	Seg	Arroz / feijão carioca / omelete com cheiro verde / abóbora cozida em cubos / salada de acelga	Mamão
07	Ter	Polenta de carne moída ao sugo / abobrinha em palito refogada com cheiro verde	Melancia
08	Qua	Sanduíche de pão de leite com frango desfiado ao sugo com cenoura ralada	Suco de maracujá
09	Qui	Brownie de banana com cacau	Creme de chocolate
10	Sex	Macarrão ao sugo / frango em cubos com cenoura / couve refogada	Suco de goiaba
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE	SOBREMESA
13	Seg	<b>DIA DOS PROFESSORES</b>	
14	Ter	Arroz / feijão carioca / pernil cozido com batata / salada de acelga	Maçã
15	Qua	Macarrão a bolonhesa de lentilha / escarola refogada *	Mamão / suco de uva tinto orgânico da agricultura familiar
16	Qui	Arroz / feijão preto com linguiça / farofa temperada (alho e cebola) / couve refogada	Banana
17	Sex	Arroz / feijão carioca / tiras de frango com seleta de legumes	Suco de caju
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE	SOBREMESA
20	Seg	Arroz / feijão carioca / frango desfiado ao sugo com cenoura ralada e alface	Suco de maracujá
21	Ter	Macarrão ao alho e óleo / frango refogado / cenoura ralada	Suco de goiaba
22	Qua	Polenta de carne moída ao sugo / beterraba cozida em cubos / salada de repolho	Melancia
23	Qui	Arroz / feijão preto / carne desfiada com mandioca / repolho refogado	Banana
24	Sex	Arroz / feijão carioca / isca de frango acebolada / batata rústica (assada com casca)	Maçã
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE	SOBREMESA
27	Seg	Arroz / feijão carioca / kibe de PTS (com batata) / escarola refogada *	Melancia
28	Ter	Arroz / feijão carioca / frango desfiado refogado (extrato de tomate) com tomate	Suco de acerola
29	Qua	Macarrão ao alho e óleo / almôndega ao sugo / salada de alface	Mamão
30	Qui	Arroz / feijão carioca / peixe assado com batata e tomate / salada de alface	Banana
31	Sex	Arroz / feijão carioca / carne moída com abóbora em cubos / repolho refogado	Maçã

\* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

OBS: Há arroz, feijão e suco de uva integral orgânico provenientes da agricultura familiar distribuídos no cardápio, sem data definida.

OBS: Sugo: molho feito a base de extrato de tomate; Bolonhesa: molho feito a base de extrato de tomate com carne moída ou lentilha.

Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
412,50	15,12	8,39	69,14	638,75

Secretaria Municipal de Educação - SME  
 Luiz Henrique Lima Affonso  
 Nutricionista  
 CRN3 45427

Maria do Carmo Bakos  
 Coordenadora  
 CRN 10.43



**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREI - CARDÁPIO OUTUBRO 2025**  
**CARDÁPIO 8: ALUNOS DO PROJETO INTEGRAL DE 6 A 10 ANOS**  
**(PROJETO INTEGRAL - REFEIÇÕES ADICIONAIS)**



DATA	DIA	LANCHE (09:30H OU 15:00H)	REFEIÇÃO (11:30-12:00)
01	Qua	Pão de queijo de forma caseiro / suco de maracujá	Arroz / feijão carioca / pernil refogado / abobrinha em palito refogada
02	Qui	Mingau: leite batido com amido de milho / banana	Arroz / feijão preto / carne desfiada com farofa temperada (alho e cebola) / couve refogada
03	Sex	Bolo da Super Merendeira "Tia Josiane" (bolo de abóbora mesclado com cacau) / leite batido com cacau	Arroz / feijão carioca / omelete com cenoura ralada / mandioca com cheiro verde
DATA	DIA	LANCHE	REFEIÇÃO
06	Seg	Biscoito doce sem recheio / leite batido com maçã / melancia	Arroz / feijão carioca / carne moída com batata / abobrinha em palito refogada com cheiro verde
07	Ter	Pão de leite com patê caseiro de cenoura com cheiro verde / leite com café	Arroz / feijão carioca / frango em tiras ao sugo / salada de acelga
08	Qua	Brownie de banana com cacau / leite batido com mamão	Arroz / feijão carioca / frango em cubos com mandioca / escarola refogada
09	Qui	Torta de carne moída com tomate, chuchu e cheiro verde / suco de acerola	Arroz / feijão carioca / frango em cubos acebolado / cenoura ralada
10	Sex	Pipoca / Melancia	Arroz / feijão carioca / omelete com cheiro verde / abóbora cozida em cubos
DATA	DIA	LANCHE	REFEIÇÃO
13	Seg	<b>DIA DOS PROFESSORES</b>	
14	Ter	Biscoito salgado / leite batido com banana / maçã	Arroz / feijão carioca / kibe de PTS (com batata) / escarola refogada *
15	Qua	Bolo de maçã / leite batido com banana	Arroz / feijão carioca / carne desfiada com mandioca / abóbora cozida em cubos
16	Qui	Arroz doce / maçã	Arroz / feijão carioca / polenta de carne moída ao sugo / salada de acelga
17	Sex	Pão de leite com patê caseiro de cenoura / leite batido com cacau	Arroz / feijão carioca / frango em cubos com batata doce / repolho refogado
DATA	DIA	LANCHE	REFEIÇÃO
20	Seg	<b>DIA "D" PARA ELABORAÇÃO DO PPP</b>	
21	Ter	Bolo caseiro de banana / leite batido com cacau	Arroz / feijão carioca / polenta de carne moída ao sugo / salada de repolho
22	Qua	Mingau: leite batido com amido de milho / banana	Arroz / feijão carioca / pernil com batata doce / vinagrete (tomate e cebola)
23	Qui	Pizza (massa de torta) de frango, extrato de tomate, queijo e tomate / suco de goiaba	Arroz / feijão carioca / frango com batata / salada de alface
24	Sex	Pão de leite com carne desfiada ao sugo com cheiro verde / suco de caju	Arroz / feijão preto / carne moída acebolada / couve refogada
DATA	DIA	LANCHE	REFEIÇÃO
27	Seg	<b>DIA DO SERVIDOR PÚBLICO</b>	
28	Ter	Pão de leite com margarina / leite com café	Macarrão à bolonhesa de lentilha / abóbora cozida / salada de repolho *
29	Qua	Torta de frango desfiado (refogado com extrato de tomate) com batata e tomate / suco de maracujá	Arroz / feijão carioca / peixe temperado com batata e tomate / salada de alface
30	Qui	Biscoito doce / Leite batido com banana / mamão	Arroz / feijão carioca / carne moída com cheiro verde / batata doce em cubos refogada
31	Sex	Bolo caseiro de banana / leite batido com cacau	Arroz / feijão carioca / frango em cubos ao sugo / salada de alface

\* Campanha Intermunicipal Segunda Sem Carne

OBS: Há arroz e feijão provenientes da agricultura familiar distribuídos no cardápio, sem data definida.

OBS: Sugo: molho feito a base de extrato de tomate; Bolonhesa: molho feito a base de extrato de tomate com carne moída ou lentilha.

Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
640,50	27,03	16,41	96,16	367,80

*Luiz Henrique Lima Affonso*  
 Secretária Municipal de Educação - SME  
 Luiz Henrique Lima Affonso  
 Nutricionista  
 CRN3 45427

*Maria Ap. Bakos*  
 Coordenadora  
 CRN 13.43



**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREI - CARDÁPIO OUTUBRO 2025**  
**CARDÁPIO 8: ALUNOS DO PROJETO INTEGRAL DE 6 A 10 ANOS**  
**(PROJETO INTEGRAL - REFEIÇÕES ADICIONAIS) - CEPAC**



DATA	DIA	LANCHE (09:30H OU 15:00H)	REFEIÇÃO (11:30-12:00)
01	Qua	Pão de queijo de forma caseiro / suco de maracujá	Arroz / feijão carioca / pernil refogado / abobrinha em palito refogada
02	Qui	Mingau: leite batido com amido de milho / banana	Arroz / feijão preto / carne desfiada com batata / acelga refogada
03	Sex	Bolo da Super Merendeira "Tia Josiane" (bolo de abóbora mesclado com cacau) / leite batido com cacau	Arroz / feijão carioca / omelete com cenoura ralada / mandioca com cheiro verde
DATA	DIA	LANCHE	REFEIÇÃO
06	Seg	Biscoito doce sem recheio / leite batido com maçã / melancia	Arroz / feijão carioca / carne moída com batata / abobrinha em palito refogada com cheiro verde
07	Ter	Pão de leite com patê caseiro de cenoura com cheiro verde / leite com café	Arroz / feijão carioca / frango em tiras ao sugo / salada de acelga
08	Qua	Brownie de banana com cacau / leite batido com mamão	Arroz / feijão carioca / frango em cubos com mandioca / escarola refogada
09	Qui	Torta de carne moída com tomate, chuchu e cheiro verde / suco de acerola	Arroz / feijão carioca / frango em cubos acebolado / cenoura ralada
10	Sex	Biscoito doce / Melancia	Arroz / feijão carioca / omelete com cheiro verde / abóbora cozida em cubos
DATA	DIA	LANCHE	REFEIÇÃO
13	Seg	<b>DIA DOS PROFESSORES</b>	
14	Ter	Bolo de maçã / leite batido com banana	Arroz / feijão carioca / carne desfiada com mandioca / abóbora cozida em cubos
15	Qua	Biscoito salgado / leite batido com banana / maçã	Arroz / feijão carioca / kibe de PTS (com batata) / escarola refogada *
16	Qui	Arroz doce / maçã	Arroz / feijão carioca / polenta de carne moída ao sugo / salada de acelga
17	Sex	Pão de leite com patê caseiro de cenoura / leite batido com cacau	Arroz / feijão carioca / frango em cubos com batata doce / repolho refogado
DATA	DIA	LANCHE	REFEIÇÃO
20	Seg	Biscoito doce / leite batido com maçã	Arroz / feijão carioca / omelete com abobrinha ralada / batata doce cozida
21	Ter	Bolo caseiro de banana / leite batido com cacau	Arroz / feijão carioca / polenta de carne moída ao sugo / salada de repolho
22	Qua	Mingau: leite batido com amido de milho / banana	Arroz / feijão carioca / pernil com batata doce / vinagrete (tomate e cebola)
23	Qui	Pizza (massa de torta) de frango, extrato de tomate, queijo e tomate / suco de goiaba	Arroz / feijão carioca / frango com batata / salada de alface
24	Sex	Pão de leite com carne desfiada ao sugo com cheiro verde / suco de caju	Arroz / feijão preto / carne moída acebolada / couve refogada
DATA	DIA	LANCHE	REFEIÇÃO
27	Seg	Pão de leite com margarina / leite com café	Macarrão a bolonhesa de lentilha / abóbora cozida / salada de repolho *
28	Ter	Biscoito salgado / leite batido com maçã	Arroz / feijão carioca / frango em cubos com mandioca / escarola refogada
29	Qua	Torta de frango desfiado (refogado com extrato de tomate) com batata e tomate / suco de maracujá	Arroz / feijão carioca / peixe temperado com batata e tomate / salada de alface
30	Qui	Biscoito doce / Leite batido com banana / mamão	Arroz / feijão carioca / carne moída com cheiro verde / batata doce em cubos refogada
31	Sex	Bolo caseiro de banana / leite batido com cacau	Arroz / feijão carioca / frango em cubos ao sugo / salada de alface

\* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

OBS: Há arroz, feijão e suco de uva integral orgânico provenientes da agricultura familiar distribuídos no cardápio, sem data definida.

OBS: Sugo: molho feito a base de extrato de tomate; Bolonhesa: molho feito a base de extrato de tomate com carne moída ou lentilha

Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
644,00	27,09	16,69	96,34	377,03

Secretaria Municipal de Educação - SME  
**Luiz Henrique Lima Affonso**  
 Nutricionista  
 CRN3 45427

**Angela Ap. Bakos**  
 Coordenadora  
 CRN 10.40



**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - CARDÁPIO OUTUBRO 2025**  
**CARDÁPIO 9: ALUNOS DA EJA DE 19 A 60 ANOS**  
**(PERÍODO PARCIAL)**



DATA	DIA	REFEIÇÃO (19:30-19:50)	SOBREMESA (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)
01	Qua	Arroz / feijão carioca / frango desfiado ao sugo / cenoura cozida	Suco de acerola
02	Qui	Arroz / feijão carioca / isca de frango com chuchu / beterraba cozida	Banana
03	Sex	Arroz / feijão carioca / carne moída com abobrinha / acelga refogada	Suco de caju
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE	SOBREMESA
06	Seg	Arroz / feijão carioca / omelete com cheiro verde / abóbora cozida em cubos	Mamão
07	Ter	Polenta cremosa com carne moída ao sugo / abobrinha em palito refogada com cheiro verde	Melancia
08	Qua	Arroz / feijão carioca / pernil ao molho vinagrete (tomate e cebola) / batata cozida	Suco de maracujá
09	Qui	Arroz / feijão carioca / isca de frango com chuchu	Creme de chocolate
10	Sex	Macarrão ao sugo / frango em cubos com cenoura em cubos / couve refogada	Suco de goiaba
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE	SOBREMESA
13	Seg	<b>DIA DOS PROFESSORES</b>	
14	Ter	Arroz / feijão carioca / pernil cozido com batata / salada de acelga	Maçã
15	Qua	Macarrão a bolonhesa de lentilha / escarola refogada *	Mamão / suco de uva tinto orgânico da agricultura familiar
16	Qui	Arroz / feijão preto com linguiça / farofa temperada (alho e cebola) / couve refogada	Banana
17	Sex	Arroz / feijão carioca / frango em cubos acebolado / seleta de legumes (batata, cenoura e ervilha)	Suco de caju
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE	SOBREMESA
20	Seg	<b>DIA "D" PARA ELABORAÇÃO DO PPP</b>	
21	Ter	Arroz / feijão carioca / omelete com cenoura ralada / batata doce cozida	Suco de goiaba
22	Qua	Polenta cremosa com carne moída ao sugo / beterraba cozida em cubos / salada de repolho	Melancia
23	Qui	Arroz / feijão preto / carne desfiada com mandioca / couve refogada	Banana
24	Sex	Arroz / feijão carioca / isca de frango acebolada / batata rústica (assada com casca)	Maçã
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE	SOBREMESA
27	Seg	<b>DIA DO SERVIDOR PÚBLICO</b>	
28	Ter	Arroz / feijão carioca / kibe de PTS (com batata) / escarola refogada *	Melancia
29	Qua	Macarrão ao alho e óleo / almôndega ao sugo / salada de alface	Mamão
30	Qui	Arroz / feijão carioca / peixe assado com batata e tomate / salada de alface	Banana
31	Sex	Arroz / feijão carioca / carne moída com abóbora em cubos / repolho refogado	Maçã

\* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

OBS: Ha arroz, feijão e suco de uva integral orgânico provenientes da agricultura familiar distribuídos no cardápio, sem data definida.

OBS: Sugo: molho feito a base de extrato de tomate; Bolonhesa: molho feito a base de extrato de tomate com carne moída ou lentilha.

Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
556,90	19,90	13,15	89,74	723,78

Secretaria Municipal de Educação - SME  
**Luiz Henrique Lima Affonso**  
 Nutricionista  
 CRN3 45427

**Maria Ap. Bakos**  
 Coordenadora  
 CRN 10.43







**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACARÉ - OUTUBRO DE 2025**  
**CARDÁPIO 12: ALUNOS DA EMEI, EMEIF, EMEF DE 4 A 10 ANOS**  
**E EJA DE 19 A 60 ANOS**  
**(PERÍODO PARCIAL - LANCHE PASSEIO EVENTUAL)**

LANCHE OPÇÃO 01 (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)

Suco individual 200ml	1 unidade
Biscoito salgado individual	1 unidade
Fruta individual	1 unidade

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	428	5,9	8,9	81,20	179

  
Secretaria Municipal de Educação - SME  
Luiz Henrique Lima Affonso  
Nutricionista  
CRN3 45427

  
Maria Ap. Bakos  
Coordenadora  
CRN 10.440





**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - OUTUBRO DE 2025**  
**CARDÁPIO 13: ALUNOS DA EMEI, EMEIF, EMEF DE 4 A 10 ANOS E**  
**(09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)**

**BISCOITO SALGADO / LEITE INTEGRAL COM CACAU**

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	324	10,88	10,81	45,64	207,73

**PÃO DE LEITE COM MARGARINA /**

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	359	10,88	14,36	46,64	326,88

**BISCOITO SEM RECHEIO / LEITE INTEGRAL COM CAFÉ**

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	322	10,12	10,49	46,83	205,53

  
Secretaria Municipal de Educação - SME  
Luiz Henrique Lima Affonso  
Nutricionista  
CRN3 45427

  
Coordenadora  
CRN 19.43