



**PREFEITURA MUNICIPAL DE AMÉRICO BRASILIENSE**  
 Avenida Eugênio Voltarel, nº 25 - Centro - Américo Brasiliense - SP  
**CARDÁPIO - CENTRO DE EDUCAÇÃO E RECREAÇÃO - MARÇO 2023**



Alunos Matriculados no Ensino Infantil (1 a 5 anos )

**RTs: Leidiane Andressa Galvão Moreira/ Ana Carolina Dal Bianco Garcia**

CERs - Carolina Ometto Pavan, Leila Lucia D. Toledo Pizza, CER Liliane Mauricio, Simone Irene Pavão, Sueli de Lima Dias, Thereza Quadrado Barbieri, Mara Rubia Goes, Vera Lucia Cavassani, Ceres Carreira e Maria Megda Moreira

DATA	27/fev	28/fev	01/mar	02/mar	03/mar
	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
07:30h			Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão
09:30h			Melancia	Abacaxi	Maçã
11:00h			Arroz, Feijão, Pernil Suíno com Batata Doce, Salada de Couve	Arroz, Feijão, Sobrecoxa com Milho, Abóbora Refogada	Arroz, Feijão, Carne em Cubos Refogada, Salada de Alface
13:30h			Suco, Quibe Assado, Mamão	Suco, Biscoito de Polvilho, Maçã	Leite com Chocolate, Pão com Requeijão, Banana Nanica
16:00h			Arroz, Feijão, Carne em Cubos com Cenoura	Polenta com Carne Moída, Salada de Acelga	Arroz, Sobrecoxa ao Molho com Batata, Salada de Couve
<b>Sábado</b>					
<b>Domingo</b>					
<b>Informação Nutricional (média semanal) - 70%</b>					
<b>Macronutrientes</b>	<b>Energia (kcal)</b>	<b>Carboidrato (g)</b>	<b>Proteína (g)</b>	<b>Lipídeo (g)</b>	
	870,13	124,72	36,28	23,64	
<b>Micronutrientes</b>	<b>Cálcio</b>	<b>Ferro</b>	<b>Vitamina A</b>	<b>Vitamina C</b>	
	433,78	5,43	276,76	31,02	

Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011



**PREFEITURA MUNICIPAL DE AMÉRICO BRASILIENSE**  
 Avenida Eugênio Voltarel, nº 25 - Centro - Américo Brasiliense - SP  
**CARDÁPIO - CENTRO DE EDUCAÇÃO E RECREAÇÃO - MARÇO 2023**



Alunos Matriculados no Ensino Infantil (1 a 5 anos )

**RTs: Leidiane Andressa Galvão Moreira/ Ana Carolina Dal Bianco Garcia**

CERs - Carolina Ometto Pavan, Leila Lucia D. Toledo Pizza, CER Liliane Mauricio, Simone Irene Pavão, Sueli de Lima Dias, Thereza Quadrado Barbieri, Mara Rubia Goes, Vera Lucia Cavassani, Ceres Carreira e Maria Megda Moreira

DATA	06/mar	07/mar	08/mar	09/mar	10/mar
	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>07:30h</b>	Leite com Chocolate, Pão com Requeijão	Leite com Chocolate, Pão com Requeijão	Leite com Chocolate, Pão com Requeijão	Leite com Chocolate, Pão com Requeijão	Leite com Chocolate, Pão com Requeijão
<b>09:30h</b>	Maçã	Banana Nanica	Abacaxi	Laranja	Mamão
<b>11:00h</b>	Arroz, Feijão, Pernil com Batata Doce, Salada de Beterraba	Arroz, Feijão, Carne em Cubos com Mandioca, Salada de Repolho com Tomate	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Couve	Arroz, Feijão, Sobrecoxa Assada, Salada de Batata e Cenoura	Arroz, Feijão, Carne Moída com Tomate, Salada Acelga
<b>13:30h</b>	Leite com Chocolate, Biscoito de Polvilho, Melancia	Suco, Pão com Queijo, Abacaxi	Suco, Bolo Simples, Maçã	Suco, Pão com Carne Moída, Mamão	Leite com Chocolate, Pão com Requeijão, Banana
<b>16:00h</b>	Arroz, Frango ao Molho com Cenoura, Salada de Chuchu	Arroz, Estrogoneffe de Carne em Cubos, Salada de Batata Sauté	Arroz, Feijão, Pernil Refogado, Vinagrete (pepino e tomate)	Arroz, Feijão, Carne em Cubos com Batata Doce, Salada de Beterraba	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Alface

**Sábado**

**Domingo**

**Informação Nutricional (média semanal) - 70%**

Macronutrientes	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)
	904,83	131,2	38,22	23,08
Micronutrientes	Cálcio	Ferro	Vitamina A	Vitamina C
	452,74	4,99	257,12	23,28

Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011



**PREFEITURA MUNICIPAL DE AMÉRICO BRASILIENSE**  
Avenida Eugênio Voltarel, nº 25 - Centro - Américo Brasiliense - SP  
**CARDÁPIO - CENTRO DE EDUCAÇÃO E RECREAÇÃO - MARÇO 2023**



Alunos Matriculados no Ensino Infantil (1 a 5 anos )

**RTs: Leidiane Andressa Galvão Moreira/ Ana Carolina Dal Bianco Garcia**

CERs - Carolina Ometto Pavan, Leila Lucia D. Toledo Pizza, CER Liliane Mauricio, Simone Irene Pavão, Sueli de Lima Dias, Thereza Quadrado Barbieri, Mara Rubia Goes, Vera Lucia Cavassani, Ceres Carreira e Maria Megda Moreira

DATA	13/mar 2ª feira	14/mar 3ª feira	15/mar 4ª feira	16/mar 5ª feira	17/mar 6ª feira
07:30h	Leite com Chocolate, Pão com Requeijão	Leite com Chocolate, Pão com Requeijão	Leite com Chocolate, Pão com Requeijão	Leite com Chocolate, Pão com Requeijão	Leite com Chocolate, Pão com Requeijão
09:30h	Maçã	Mamão	Melancia	Laranja	Abacaxi
11:00h	Arroz, Feijão, Carne em Cubos com Abóbora, Salada de Repolho	Arroz, Feijão, Carne Moída com Cenoura, Salada de Beterraba	Galinhada, (Arroz, Coxa e Sobrecoxa de Frango, Cenoura, Milho e Tomate), Feijão, Salada de Acelga	Arroz, Estrogonofe de carne, Batata sauté	Arroz, Feijão, Frango Moreno, Salada de Pepino com Tomate
13:30h	Suco, Biscoito Rosca de Leite, Maçã	Suco, Torta Salgada de legumes (milho verde, ervilha e cenoura e abobrinha), Banana Nanica	Leite com Chocolate, Pão com Queijo, Maçã	Suco, Pão com Requeijão, Melancia	Suco, Bolo de Laranja, Banana Nanica
16:00h	Arroz, Estrogonofe de Frango, Salada de Alface	Arroz, Feijão, Pernil Suíno com Mandioca, Salada de Couve	Arroz, Carne Moída com Chuchu, Refogado de Abobrinha	Sopa de Feijão com Macarrão, Carne Moída e Abobrinha	Polenta Cremosa com Frango, Salada de Couve com Tomate
<b>Sábado</b>					
<b>Domingo</b>					
<b>Informação Nutricional (média semanal) - 70%</b>					
<b>Macronutrientes</b>	<b>Energia (kcal)</b>	<b>Carboidrato (g)</b>	<b>Proteína (g)</b>	<b>Lipídeo (g)</b>	
	898,96	129,39	36,94	23,57	
<b>Micronutrientes</b>	<b>Cálcio</b>	<b>Ferro</b>	<b>Vitamina A</b>	<b>Vitamina C</b>	
	426,25	5,09	246,45	29,03	

Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011



**PREFEITURA MUNICIPAL DE AMÉRICO BRASILIENSE**  
 Avenida Eugênio Voltarel, nº 25 - Centro - Américo Brasiliense - SP  
**CARDÁPIO - CENTRO DE EDUCAÇÃO E RECREAÇÃO - MARÇO 2023**



Alunos Matriculados no Ensino Infantil (1 a 5 anos )

**RTs: Leidiane Andressa Galvão Moreira/ Ana Carolina Dal Bianco Garcia**

CERs - Carolina Ometto Pavan, Leila Lucia D. Toledo Pizza, CER Liliane Mauricio, Simone Irene Pavão, Sueli de Lima Dias, Thereza Quadrado Barbieri, Mara Rubia Goes, Vera Lucia Cavassani, Ceres Carreira e Maria Megda Moreira

DATA	20/mar	21/mar	22/mar	23/mar	24/mar
	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>07:30h</b>	SEM AULA	FERIADO MUNICIPAL	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão
<b>09:30h</b>	SEM AULA	FERIADO MUNICIPAL	Maçã	Melancia	Mamão
<b>11:00h</b>	SEM AULA	FERIADO MUNICIPAL	Arroz, Feijão, Coxa e Sobrecoxa Assada com Batata, Salada de Alface	Arroz, Feijão, Carne Moída com Abobrinha, Salada de Almeirão	Arroz, Feijão, Pernil com Batata Doce, Salada de Repolho Bicolor
<b>13:30h</b>	SEM AULA	FERIADO MUNICIPAL	Leite com Chocolate, Biscoito de Polvilho, Banana	Suco de Goiaba, Bolo Simples, Laranja	Suco de Uva, Pão com Queijo, Maçã
<b>16:00h</b>	SEM AULA	FERIADO MUNICIPAL	Sopa de Feijão com Macarrão, Carne Moída e Cenoura	Galinhada, (Arroz, Coxa e Sobrecoxa de Frango, Cenoura, Milho e Tomate), Feijão, Salada de Acelga	Canja (arroz, peito de frango sassami, batata, chuchu, cenoura e tomate)
<b>Sábado</b>					
<b>Domingo</b>					
<b>Informação Nutricional (média semanal) - 70%</b>					
<b>Macronutrientes</b>	<b>Energia (kcal)</b>	<b>Carboidrato (g)</b>	<b>Proteína (g)</b>	<b>Lípido (g)</b>	
	844,86	124,07	31,7	22,23	
<b>Micronutrientes</b>	<b>Cálcio</b>	<b>Ferro</b>	<b>Vitamina A</b>	<b>Vitamina C</b>	
	423,43	5,48	233,26	21,93	

Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011



**PREFEITURA MUNICIPAL DE AMÉRICO BRASILIENSE**  
 Avenida Eugênio Voltarel, nº 25 - Centro - Américo Brasiliense - SP  
**CARDÁPIO - CENTRO DE EDUCAÇÃO E RECREAÇÃO - MARÇO 2023**



Alunos Matriculados no Ensino Infantil (1 a 5 anos )

**RTs: Leidiane Andressa Galvão Moreira/ Ana Carolina Dal Bianco Garcia**

CERs - Carolina Ometto Pavan, Leila Lucia D. Toledo Pizza, CER Liliane Mauricio, Simone Irene Pavão, Sueli de Lima Dias, Thereza Quadrado Barbieri, Mara Rubia Goes, Vera Lucia Cavassani, Ceres Carreira e Maria Megda Moreira

DATA	27/mar	28/mar	29/mar	30/mar	31/mar
	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>07:30h</b>	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão
<b>09:30h</b>	Maçã	Banana Nanica	Abacaxi	Melancia	Maçã
<b>11:00h</b>	Arroz, Feijão, Carne Moída com Cenoura, Salada de Repolho	Arroz, Feijão, Frango Refogado com Cenoura, Salada de Chuchu	Arroz, Feijão, Pernil com Batata Doce, Salada de Pepino	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Acelga	Arroz, Feijão, Frango refogado com Batata e Cenoura, Salada de Couve
<b>13:30h</b>	Suco de Goiaba, Pão com Queijo, Abacaxi	Leite com Chocolate, Bolo Simples, Melancia	Leite com Chocolate, Pão com Requeijão, Banana	Suco de Uva, Torta de Frango, Maçã	Suco de Caju, Biscoito de Polvilho, Laranja
<b>16:00h</b>	Arroz, Feijão, Frango Moreno, Salada de Beterraba	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Acelga	Arroz, Sobrecoxa Refogada com Milho, Salada de Repolho Bicolor	Arroz, Feijão, Pernil com Abóbora, Salada de Couve	Sopa de Macarrão, Abobrinha, Abóbora, Cenoura e Frango Desfiado
<b>Sábado</b>					
<b>Domingo</b>					
<b>Informação Nutricional (média semanal) - 70%</b>					
<b>Macronutrientes</b>	<b>Energia (kcal)</b>	<b>Carboidrato (g)</b>	<b>Proteína (g)</b>	<b>Lipídeo (g)</b>	
	889,78	128,72	36,44	23,30	
<b>Micronutrientes</b>	<b>Cálcio</b>	<b>Ferro</b>	<b>Vitamina A</b>	<b>Vitamina C</b>	
	439,87	5,14	262,99	26,02	

Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011