

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

SETOR DE NUTRIÇÃO

Fevereiro/2024

Cardápio parcial Calculado 6 à 10 anos fevereiro 2024 (MUNICÍPIO E ESTADO)



M A N H Ã	REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 05/02/2024	TERÇA-FEIRA 06/02/2024	QUARTA-FEIRA 07/02/2024 *Escola Industrial (ETC)	QUINTA-FEIRA 08/02/2024 * Escolas Municipais	QUINTA-FEIRA 08/02/2024 * Escolas Municipais
	CAFÉ DA MANHÃ	Férias	Férias	6 unidades de Biscoito de maisena (30g) + 150ml de leite integral com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau + 7,5g de açúcar)	6 unidades de Biscoito de maisena (30g) + 150ml de leite integral com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau + 7,5g de açúcar)	6 unidades de Biscoito de maisena (30g) + 150ml de leite integral com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau + 7,5g de açúcar)
	LANCHE			95g Arroz com carne moída mista* (65g arroz branco com 30g de carne moída (10g bovina e 20g suína))	60g de purê de batata com carne moída (40g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate)	95g de Galinhada (60g arroz branco com 25g frango em cubos e 10g de cenoura) + 50g de feijão carioca

T A R D E	REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 05/02/2024	TERÇA-FEIRA 06/02/2024	QUARTA-FEIRA 07/02/2024 *Escola Industrial (ETC)	QUINTA-FEIRA 08/02/2024 * Escolas Municipais	SEXTA-FEIRA 09/02/2024
	Lanche entrada	Férias	Férias	6 unidades de Biscoito de maisena (30g)	6 unidades de Biscoito de maisena (30g)	6 unidades de Biscoito de maisena (30g)
	LANCHE I			95g Arroz com carne moída mista* (65g arroz branco com 30g de carne moída (10g bovina e 20g suína))	60g de purê de batata com carne moída (40g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) + 60g de arroz com cenoura 1 unidade média de banana (100g)	95g de Galinhada (60g arroz branco com 25g frango em cubos e 10g de cenoura) + 50g de feijão carioca

Jeunice Ramos Domingos Bernardes
Nutricionista - CRN- 3 58793
Setor de Nutrição da Setor de Merenda Escolar de Franca
Secretaria de Educação

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

SETOR DE NUTRIÇÃO

Fevereiro/2024

Cardápio parcial Calculado 6 à 10 anos fevereiro 2024 (MUNICÍPIO E ESTADO)



M A N H Ã A	REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 12/02/202	TERÇA-FEIRA 13/02/2024	QUARTA-FEIRA 14/02/2024	QUINTA-FEIRA 15/02/2024 * Escolas Estaduais	SEXTA-FEIRA 16/02/2024
	CAFÉ DA MANHÃ	Camraval		6 unidades de Biscoito de maisena (30g) + 150ml de leite integral com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1.5g de cacau + 7.5g de açúcar)	6 unidades de Biscoito de maisena (30g) + 150ml de leite integral com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1.5g de cacau + 7.5g de açúcar)	6 unidades de Biscoito de maisena (30g) + 150ml de leite integral com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1.5g de cacau + 7.5g de açúcar)
	LANCHE			80g Arroz com carne moída mista* e cenoura (50g arroz branco com 20g de carne moída (7g bovina e 13g suína) e 10g cenoura)	80g de purê de batata com carne moída (40g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) + 60g de arroz com cenoura 1 unidade média de banana (100g)	95g de Galinhada (60g arroz branco com 25g frango em cubos e 10g de cenoura) + 50g de feijão carioca

T A R D E	REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 12/02/202	TERÇA-FEIRA 13/02/2024	QUARTA-FEIRA 14/02/2024	QUINTA-FEIRA 15/02/2024 * Escolas Estaduais	SEXTA-FEIRA 16/02/2024
	Lanche entrada	Camraval		6 unidades de Biscoito de maisena (30g)	1 unidade média de banana (100g)	6 unidades de Biscoito de maisena (30g)
	LANCHE I			80g Arroz com carne moída mista* e cenoura (50g arroz branco com 20g de carne moída (7g bovina e 13g suína) e 10g cenoura)	80g de purê de batata com carne moída (40g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) + 60g de arroz com cenoura 1 unidade média de banana (100g)	95g de Galinhada (60g arroz branco com 25g frango em cubos e 10g de cenoura) + 50g de feijão carioca

Cleunice Ramos Domingos Bernardes
Cleunice Ramos Domingos Bernardes
Nutricionista - CRN- 3-58793
Setor de Nutrição da Secretaria de Educação



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO

Cardápio parcial Calculado 6 à 10 anos fevereiro 2024 (MUNICÍPIO E ESTADO)
Fevereiro/2024

M A N HÃ	REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 19/02/2024	TERÇA-FEIRA 20/02/2024	QUARTA-FEIRA 21/02/2024	QUINTA-FEIRA 22/02/2024	SEXTA-FEIRA 23/02/2024
	CAFÉ DA MANHÃ	6 unidades de biscoito tipo rosquinha (30g) (sabor: chocolate) + 150ml de leite integral com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau + 7,5g de açúcar)	1 unidade média de banana (100g) 150ml de leite integral com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau + 7,5g de açúcar)	6 unidades de biscoito tipo rosquinha (30g) de coco 150ml de leite integral com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau + 7,5g de açúcar)	1 unidade média de banana (100g) 150ml de leite integral com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau + 7,5g de açúcar)	*1 unidade média de banana (100g) + 150ml de leite integral com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau + 7,5g de açúcar)
	Almooço	95g Arroz com carne moída mista* (65g arroz branco com 30g de carne moída (10g bovina e 20g suína)) 50g de feijão carioca	195g de Macarronada (110g de macarrão cozido com 35g de frango desfiado, 15g cenoura ralada e 35g molho de tomate) 1 unidade média de banana (100g)	*Pão com carne moída mista com molho de tomate e cenoura ralada (1 unidade de pão francês (50g), 35g carne moída mista (12g bovina e 23g suína), 15g de cenoura e 20g molho de tomate) Maçã 1 unidade média de maçã (100g)	60g de purê de batata com carne moída (40g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) + 60g de arroz com cenoura 1 unidade média de banana (100g)	145g de Macarrão ao molho rosé (120g de macarrão parafuso cozido, 15g cenoura ralada e 5g molho de tomate e 5g de molho branco (receita em anexo)

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 19/02/2024	TERÇA-FEIRA 20/02/2024	QUARTA-FEIRA 21/02/2024	QUINTA-FEIRA 22/02/2024	SEXTA-FEIRA 23/02/2024
Lanche entrada	6 unidades de biscoito tipo rosquinha (30g) (sabor: chocolate)	1 unidade média de banana (100g)	1 unidade média de maçã (100g)	1 unidade média de banana (100g)	6 unidades de Biscoito de maisena (30g)
LANCHE I	95g Arroz com carne moída mista* (65g arroz branco com 30g de carne moída (10g bovina e 20g suína)) 50g de feijão carioca	195g de Macaronada (110g de macarrão cozido com 35g de frango desfiado, 15g cenoura ralada e 35g molho de tomate)	*Pão com carne moída mista com molho de tomate e cenoura ralada (1 unidade de pão francês (50g), 35g carne moída mista (12g bovina e 23g suína), 15g de cenoura e 20g molho de tomate)	50g Estrogonofe de frango (20g de frango em cubos com 25g de molho bechamel e 5g extrato de tomate) + 90g de arroz branco	145g de Macarrão ao molho rosé (120g de macarrão parafuso cozido, 15g cenoura ralada e 5g molho de tomate e 5g de molho branco (receita em anexo))

Elaine Ramos Domingos Bernardes
Nutricionista - CRN- 3 58793
Setor de Nutrição da Seção
de Merenda Escolar de Franca
Secretaria de Educação



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO

Fevereiro/2024
Cardápio parcial Calculado 6 à 10 anos fevereiro 2024 (MUNICÍPIO E ESTADO)

M A N H Ã	REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 26/02/2024	TERÇA-FEIRA 27/02/2024	QUARTA-FEIRA 28/02/2024	QUINTA-FEIRA 29/02/2024	SEXTA-FEIRA 01/03/2024
	CARÊ DA MANHÃ	6 unidades de biscoito tipo rosquinha (30g) + 150ml de leite integral com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau + 7,5g de açúcar)	1 unidade média de banana (100g) 150ml de leite integral com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau + 7,5g de açúcar)	6 unidades de biscoito tipo rosquinha (30g) de coco 150ml de leite integral com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau + 7,5g de açúcar)	1 unidade média de banana (100g) 150ml de leite integral com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau + 7,5g de açúcar)	*1 unidade média de banana (100g) + 6 unidades de biscoito tipo Cream Cracker (30g) 150ml de leite integral com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau + 7,5g de açúcar)
A l m o ç o		95g Arroz com carne moída mista* (65g arroz branco com 30g de carne moída (10g bovina e 20g suína)) 50g de feijão carioca	95g de Galinhada (60g arroz branco com 25g frango em cubos e 10g de cenoura) + 40g de creme de milho + 1 unidade média de banana (100g)	145g de Macarrão ao molho rosê (120g de macarrão parafuso cozido, 15g cenoura ralada e 5g molho de tomate e 5g de molho branco (receita em anexo))	60g de purê de batata com carne moída (40g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) + 60g de arroz com cenoura 1 unidade média de banana (100g)	195g de Macarronada (110g de macarrão cozido com 35g de frango desfiado, 15g cenoura ralada e 35g molho de tomate)

T A R D E	REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 26/02/2024	TERÇA-FEIRA 27/02/2024	QUARTA-FEIRA 28/02/2024	QUINTA-FEIRA 29/02/2024	SEXTA-FEIRA 01/03/2024
	Lanche entrada	6 unidades de biscoito tipo rosquinha (30g) (sabor: chocolate)	1 unidade média de banana (100g)	1 unidade média de maçã (100g)	1 unidade média de banana (100g)	6 unidades de Biscoito de melissa (30g)
L A N C H E I		65g arroz branco com carne moída mista* (65g arroz branco com 30g de carne moída (10g bovina e 20g suína)) 50g de feijão carioca	95g de Galinhada (60g arroz branco com 25g frango em cubos e 10g de cenoura) + 40g de creme de milho + 1 unidade média de banana (100g)	145g de Macarrão ao molho rosê (120g de macarrão parafuso cozido, 15g cenoura ralada e 5g molho de tomate e 5g de molho branco (receita em anexo))	60g de purê de batata com carne moída (40g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) + 60g de arroz com cenoura 1 unidade média de banana (100g)	195g de Macarronada (110g de macarrão cozido com 35g de frango desfiado, 15g cenoura ralada e 35g molho de tomate)

Jaunice Ramos Domingos Bernardes
Nutricionista - CRN-3 58793
Setor de Nutrição da Secretaria de Educação



Composição Nutricional Média Semanal

Período Parcial 6 e 10 anos (Fevereiro/2024)

Manhã	ENERGIA (kcal)	CARBOIDRATO (g) (55 a 65% do VET)	PROTEÍNA (g) (10 a 15% do VET)	LIPÍDIO (g) (25 a 35% do VET)	SÓDIO (mg)
Semana 3 (19 a 23)	588,42 kcal	74,632g 61,6%	19,56g 13,3%	17g 26,9%	835,86
Semana 4 (26 a 01/03)	540,30 kcal	74,32 g 64,68%	18,28 g 13,4%	15g 25,6%	749,42
Tarde	ENERGIA (kcal)	CARBOIDRATO (g) (55 a 65% do VET)	PROTEÍNA (g) (10 a 15% do VET)	LIPÍDIO (g) (25 a 35% do VET)	SÓDIO (mg)
Semana 3 (19 a 23)	422,75 kcal	68,74g 64,6%	11,99g 11,1%	12,32g 26,8%	743,40
Semana 4 (26 a 01/03)	407,12l	64,11 g 63%	11,90g 11,7%	12,60g 27,9%	623,43

Deivid R. Domingos Bernardes
Nutricionista - CRN- 3 58793
Setor de Nutrição da Seção
de Merenda Escolar de Franca
Secretaria de Educação

*A composição nutricional das demais semanas não foi calculada. Para o cálculo é necessário uma semana completa.