



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praca José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361

CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

CARDÁPIO ESCOLA PARCIAL MARÇO / 2024

				01/03 F GALINHADA SALADA DE BETERRABA
04/03 A/F CARNE EM CUBOS COM CENOURA E CHUCHU SALADA DE REPOLHO	05/03 A/F COXA E SOBRECOXA COM SELETA DE LEGUMES SALADA DE BETERRABA	06/03 A/F PERNIL COM BATATA SALADA DE TOMATE	07/03 A/F POLENTA COM CARNE MOÍDA SALADA DE BETERRABA	08/03 F GALINHADA SALADA DE CABOTIÁ
11/03 A/F FRANGO EM CUBOS COM CHUCHU E CENOURA SALADA DE REPOLHO	12/03 A/F PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE BETERRABA	13/03 A/F PEIXE ENSOPADO COM BATATA SALADA DE PEPINO	14/03 A/F CARNE EM CUBOS COM SELETA DE LEGUMES SALADA DE REPOLHO	15/03 MACARRÃO COM CARNE MOÍDA SALADA DE TOMATE
18/03 A/F CARNE EM CUBOS COM CENOURA SALADA DE PEPINO	19/03 A/F CAFTA DE CARNE SALADA DE REPOLHO	20/03 A/F FRANGO EM CUBOS COM SELETA DE LEGUMES SALADA DE TOMATE	21/03 A/F PERNIL COM BATATA SALADA DE FOLHAS	22/03 F GALINHADA SALADA DE CABOTIÁ
25/03 A/F CARNE EM CUBOS COM CHUCHU E CENOURA SALADA DE BETERRABA	26/03 F GALINHADA SALADA DEREPOLO	27/03 A/F POLENTA COM CARNE MOÍDA E ERVILHA SALADA DE FOLHAS	28/03 MACARRÃO COM FRANGO E MILHO SALADA DE PEPINO	29/03 FERIADO

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM PRÉVIO AVISO**

**** CASO SEJA NECESSÁRIO POR FALTA DE ALGUM ITEM NO ESTOQUE A SALADA PODE SER TROCADA DE ACORDO COM AS OPÇÕES SUGERIDAS**

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: AINA FIORI DEZEM CRN 3-48560



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praca José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361

CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

CARDÁPIO INTEGRAL MARÇO / 2024

				01/03 MACARRÃO COM CARNE MOÍDA E ERVILHA SALADA DE BETERRABA
04/03 A/F CARNE EM CUBOS COM CENOURA SALADA DE REPOLHO	05/03 A/F PERNIL COM BATATA SALADA DE BETERRABA	06/03 A/F FRANGO EM CUBOS COM SELETA DE LEGUMES SALADA DE TOMATE	07/03 A/F CAFTA DE CARNE SALADA DE BETERRABA	08/03 F GALINHADA SALADA DE CABOTIÁ
11/03 A/F POLENTA COM CARNE MOÍDA SALADA DE REPOLHO	12/03 A/F PEIXE ENSOPADO COM BATATA SALADA DE BETERRABA	13/03 A/F FRANGO EM CUBOS COM SELETA DE LEGUMES SALADA DE PEPINO	14/03 A/F CARNE EM CUBOS COM MANDIOCA SALADA DE REPOLHO	15/03 MACARRÃO COM FRANGO E MILHO SALADA DE TOMATE
18/03 A/F PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO	19/03 A/F COXA E SOBRECOXA COM CENOURA SALADA DE REPOLHO	20/03 A/F CARNE EM CUBOS COM MANDIOCA SALADA DE TOMATE	21/03 A/F CAFTA DE CARNE SALADA DE FOLHAS	22/03 GALINHADA SALADA DE CABOTIÁ
25/03 A/F COXA E SOBRECOXA COM SELETA DE LEGUMES SALADA DE BETERRABA	26/03 A/F POLENTA COM CARNE MOÍDA E ERVILHA SALADA DEREPOELHO	27/03 A/F PERNIL COM BATATA SALADA DE FOLHAS	28/03 MACARRÃO COM FRANGO E MILHO SALADA DE PEPINO	29/03 FERIADO

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM PRÉVIO AVISO**

**** CASO SEJA NECESSÁRIO POR FALTA DE ALGUM ITEM NO ESTOQUE A SALADA PODE SER TROCADA DE ACORDO COM AS OPÇÕES SUGERIDAS**

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: AINA FIORI DEZEM CRN 3-48560



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praca José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361

920 AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

BEBEDOURO - Estado de São Paulo

Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

As refeições ofertadas são:

Café da manhã: todos os dias leite, achocolatado pão/bolo/bolacha e margarina/requeijão caseiro

Lanche da manhã:

2º feira: bolinho+suco+fruta

3ºfeira: fruta+suco

4ºfeira: pão+suco+fatiado- apenas para grupo 1: CEMEI JOSÉ CALDEIRA CARDOSO, EMEB PROFESSOR LELLIS CAMPOS DO AMARAL, CEMEI MAESTRO PEDRO PELLEGRINO, CEMEI PROFESSORA CACILDA DE CARVALHO CAPUTO, CEMEI APARECIDA ZACARELLI MOLINARI,CEMEI BERNARDINA FERREIRA DE ANDRADE, CEMEI PORFESSORA GICELDA BAENINGER, APAE,CEMEI PROFESSORA PATRICIA BARRICHELO LANÇA,CEMEI IVETE VANICE SILVA,CEMEI PROFESSORA ELIANE DE VITTO FERREIRA PENNA, CEMEI AMELIA SANT´ANNA LOPES, CEMEI PROFESSORA MARA MARQUES E LOURENÇO SANTIN.

4ºfeira: Bolacha+suco+fruta: EDUCANDÁRIO, EMEB PROFESSOR PAULO REZENDE TORRES DE ALBUQUERQUE, E. E. ABÍLIO MANOEL, EMEB JOÃO PEREIRA PINHO, EMEF YOLANDA CAROLINA GIGLIO VILLELA.

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: **AINA FIORI DEZEM CRN 3-48560**



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praca José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361

CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

5ºfeira: pão+suco+fatiado-apenas para grupo 2: EDUCANDÁRIO, EMEB PROFESSOR PAULO REZENDE TORRES DE ALBUQUERQUE, E.E. ABÍLIO MANOEL, EMEB JOÃO PEREIRA PINHO, EMEF YOLANDA CAROLINA GIGLIO VILLELA.

5ºfeira: Bolacha+suco+fruta: CEMEI JOSÉ CALDEIRA CARDOSO, CEMEI MAESTRO PEDRO PELEGRINO, CEMEI PROFESSORA CACILDA DE CARVALHO CAPUTO, CEMEI APARECIDA ZACARELLI MOLINARI, CEMEI BERNARDINA FERREIRA DE ANDRADE, CEMEI GILCELDIA BAENINGER N. 2, APAE, CEMEI PROFESSORA PATRICIA BARRICHELO LANÇA, CEMEI IVETE VANICE SILVA, CEMEI PROFESSORA ELIANE DE VITTO FERREIRA PENNA, EMEB PROFESSORA MARIA FERNANDA LOPES PIFFER, CEMEI PROFESSORA MARA MARQUES, LOURENÇO SANTIN.

6ºfeira: Barra de cereal+suco+fruta.

Almoço: Arroz, feijão carioca, prato principal (fonte de proteína ou fonte de proteína + legumes), salada e fruta (opcional) (INTEGRAL E PARCIAL)

Lanche da tarde: Segunda e Sexta-feira: fruta e suco, Terça-feira: fruta, suco e barrinha, Quarta-feira: Pão, Presunto ou Queijo ou Mortadela e suco, Sexta-feira: bolinho, suco e fruta (PARCIAL VESPERTINO OU INTEGRAL)

Jantar: Arroz, feijão carioca, prato principal (fonte de proteína ou fonte de proteína + legumes), salada e fruta (opcional) (PARCIAL NOTURNO)

OPÇÕES DE FRUTAS: ABACAXI, MORANGO, UVA, ABACATE, MAMÃO, BANANA, MAÇA, PERA, MELANCIA, MANGA, GOIABA, TANGERINA E LARANJA.

OPÇÕES DE SALADAS: ALFACE, AGRIÃO, ACELGA, TOMATE, PEPINO, MILHO, CENOURA, REPOLHO, ACELGA, BETERRABA, CHUCHU, ABOBRINHA, CABOTIÁ, BROCOLIS E COUVE FLOR.

O CARDÁPIO ESTA SUJEITO A ALTERAÇÃO DE DISPONIBILIDADE DA MATÉRIA PRIMA. É DE RESPONSABILIDADE DA ESCOLA A SALADA E NO CASO DE FRUTA COMO SOBREMESA, SENDO ASSIM SOLICITAR OS ITENS EM LISTA DE COMPRA SEMANAL.

1 PORÇÃO DE FRUTA	
LARANJA PERA RIO	1 UND
GOIABA VERMELHA	1 UND
MELANCIA	2 FATIAS
ABACAXI	1 FATIA
MAMÃO FORMOSA	1 FATIA
BANANA MANIÇA	1 UND

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: **AINA FIORI DEZEM CRN 3-48560**



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praca José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361

CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: **AINA FIORI DEZEM CRN 3-48560**



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praca José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361

CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

Faixa etária: 31 a 60 anos INTEGRAL	
CAFÉ DA MANHÃ	300ml de Leite Integral UHT ou Leite Integral UHT Sem Lactose
	1 colher de sopa de Acolatado ou Cacau 50% ou Cacau 100 %
	1 Pão Francês
	1 colher de sobremesa rasa de margarina ou 1 fatia de Queijo
LANCHE DA MANHÃ	1 fruta ou 1 porção*
ALMOÇO	200 gramas de Arroz
	100 gramas de Feijão
	200 gramas de Frango com Cenoura
	100 gramas de salada de Abobrinha
	1 Pera
LANCHE DA TARDE	2 frutas ou 2 porções*
	200 ml de suco de laranja

*Opções lanche da tarde: 1- 1 bolinho, 200 ml de suco, 1 fruta ou 1 porção; 2- 1 barrinha, 200 ml de suco, 1 fruta ou 1 porção; 3- 1 pão de hot dog, 1 fatia de presunto, queijo ou mortadela (15 gramas), 200 ml de suco.

CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDIO		FIBRA	VIT A	VIT C	CÁLCIO	FERRO	SÓDIO	MAGNÉSI O	ZINCO
GRAMAS	KCAL	GRAMA S	KCAL	GRAMAS	KCAL	G	µg	MG	MG	MG	MG	MG	MG
206,3925	825,57	83,7376	334,950	42,1428	379,285	46,5173	6746,51	351,300	547,767	10,5841	6879,80	437,3736	8,33399

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: **AINA FIORI DEZEM CRN 3-48560**



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praca José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361

CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

			4	7	9	1	1	2	4	5	2		7
--	--	--	---	---	---	---	---	---	---	---	---	--	---

Faixa etária: 19 a 30 anos INTEGRAL	
CAFÉ DA MANHÃ	300 ml de Leite Integral UHT ou Leite Integral UHT Sem Lactose
	1 colher de sopa de Achocolatado ou Cacau 50% ou Cacau 100 %
	1 Pão Francês
	1 colher de sobremesa rasa de margarina ou 1 fatia de Queijo
LANCHE DA MANHÃ	1,5 fruta ou 1,5 porção*
ALMOÇO	200 gramas de Arroz
	100 gramas de Feijão
	200 gramas de Carne em Iscas ao Pomodoro
	100 gramas de salada de Batata com ovo
	1 Laranja
LANCHE DA TARDE	1 Pão Hot Dog
	1 fatia de presunto, queijo ou mortadela
	200 ml de suco de laranja

*Opções lanche da tarde: 1- 1 bolinho, 200 ml de suco, 1 fruta ou 1 porção; 2- 1 barrinha, 200 ml de suco, 1 fruta ou 1 porção; 3- 1 pão de hot dog, 1 fatia de presunto, queijo ou mortadela (15 gramas), 200 ml de suco.

CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDIO		FIBRA	VIT A	VIT C	CÁLCIO	FERRO	SÓDIO	MAGNÉSI O	ZINCO
GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	G	µg	MG	MG	MG	MG	MG	MG
216,998	867,994	84,4800	337,920	42,2242	380,018	47,9771	7867,09	377,472	557,225	10,7346	6881,17	442,7373	8,39988

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: **AINA FIORI DEZEM CRN 3-48560**



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praca José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361

CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

7	8	5	2	4	1	3	4	3	6	9			7
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	--	--	---

Faixa etária: 16 a 18 anos INTEGRAL	
CAFÉ DA MANHÃ	300ml de Leite Integral UHT ou Leite Integral UHT Sem Lactose
	1 colher de sopa de Achocolatado ou Cacau 50% ou Cacau 100 %
	1 Pão Francês
	1 colher de sobremesa rasa de margarina ou 1 fatia de Queijo
	1 fruta ou 1 porção*
LANCHE DA MANHÃ	2 frutas ou 2 porções*
ALMOÇO	200 gramas de Arroz
	100 gramas de Feijão
	200 gramas de Frango com Vagem
	100 gramas de salada de Tomate
	1 Maçã
LANCHE DA TARDE	1 Pão Hot Dog
	1 fatia de presunto, queijo ou mortadela
	200 ml de suco de laranja

*Opções lanche da tarde: 1- 1 bolinho, 200 ml de suco, 1 fruta ou 1 porção; 2- 1 barrinha, 200 ml de suco, 1 fruta ou 1 porção; 3- 1 pão de hot dog, 1 fatia de presunto, queijo ou mortadela (15 gramas), 200 ml de suco.

CARBOIDRATOS	PROTEÍNA	LÍPIDIO	FIBRA	VIT A	VIT C	CÁLCIO	FERRO	SÓDIO	MAGNÉSIO	ZINCO
--------------	----------	---------	-------	-------	-------	--------	-------	-------	----------	-------

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: **AINA FIORI DEZEM CRN 3-48560**



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praca José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361

CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	G	µg	MG	MG	MG	MG	MG	MG
248,8172	995,2689	86,70742	346,8297	42,46833	382,2149	52,35659	11228,85	455,9885	585,6001	11,18633	6885,275	458,8282	8,59756

Faixa etária: 11 a 15 anos INTEGRAL

CAFÉ DA MANHÃ	300ml de Leite Integral UHT ou Leite Integral UHT Sem Lactose
	1 colher de sopa de Achocolatado ou Cacau 50% ou Cacau 100 %
	1 Pão Francês
	1 colher de sobremesa rasa de margarina ou 1 fatia de Queijo
LANCHE DA MANHÃ	1 fruta ou 1 porção*
ALMOÇO	200 gramas de Arroz
	100 gramas de Feijão
	200 gramas de Frango com Batata
	5 folhas de Alface
	1 Porção de Melão
LANCHE DA TARDE	2 frutas ou 2 porções*
	200 ml de suco de laranja

*Opções lanche da tarde: 1- 1 bolinho, 200 ml de suco, 1 fruta ou 1 porção; 2- 1 barrinha, 200 ml de suco, 1 fruta ou 1 porção; 3- 1 pão de hot dog, 1 fatia de presunto, queijo ou mortadela (15 gramas), 200 ml de suco.

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: **AINA FIORI DEZEM CRN 3-48560**



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praca José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361

CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDIO		FIBRA	VIT A	VIT C	CÁLCIO	FERRO	SÓDIO	MAGNÉSI O	ZINCO
GRAMAS	KCAL	GRAMA S	KCAL	GRAMAS	KCAL	G	µg	MG	MG	MG	MG	MG	MG
206,3925	825,57	83,7376	334,9504	42,14287	379,2859	46,51731	6746,511	351,3002	547,7674	10,58415	6879,802	437,3736	8,33399 7
Faixa etária: 6 a 10 anos INTEGRAL													
CAFÉ DA MANHÃ	150 ml de leite integral UHT ou leite sem lactose ou leite de soja												
	1/2 colher de sopa de Achocolatado ou Cacau 50% ou Cacau 100 %												
	1 Pão Francês												
	1 colher de sobremesa rasa de margarina ou 1 fatia de Queijo												
LANCHE DA MANHÃ	1/2 fruta ou 1/2 porção*												
ALMOÇO	150 gramas de Arroz												
	70 gramas de Feijão												
	100 gramas de Carne em Cubos com Mandioquinha												
	50 gramas de salada de Repolho												
	1/2 Pera												
LANCHE DA TARDE	1 frutas ou 1 porções*												
	200 ml de suco de laranja												
	1 Bolinho												

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: **AINA FIORI DEZEM CRN 3-48560**



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praca José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361

CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

*Opções lanche da tarde: 1- 1 bolinho, 200 ml de suco, 1 fruta ou 1 porção; 2- 1 barrinha, 200 ml de suco, 1 fruta ou 1 porção; 3- 1 pão de hot dog, 1 fatia de presunto, queijo ou mortadela (15 gramas), 200 ml de suco.

CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDIO		FIBRA	VIT A	VIT C	CÁLCIO	FERRO	SÓDIO	MAGNÉSIO	ZINCO
GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	G	µg	MG	MG	MG	MG	MG	MG
162,3908	649,5631	52,28236	209,1294	26,75687	240,8118	31,43816	3375,872	244,7851	298,6365	6,820128	5403,123	289,2657	5,892829
Faixa etária: 4 a 5 anos INTEGRAL													
CAFÉ DA MANHÃ		150ml de Leite Integral UHT ou Leite Integral UHT Sem Lactose											
		1/2 colher de sopa de Achocolatado ou Cacau 50% ou Cacau 100 %											
		1/2 Pão Francês											
		1 colher de sobremesa rasa de margarina ou 1 fatia de Queijo											
LANCHE DA MANHÃ		1/2 fruta ou 1/2 porção*											
ALMOÇO		100 gramas de Arroz											
		70 gramas de Feijão											
		100 gramas de Frango com Batata											
		5 folhas de Alface											
		1 Porção de Melão											
		2 frutas ou 2 porções*											

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: **AINA FIORI DEZEM CRN 3-48560**



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praca José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361

CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

LANCHE DA TARDE	200 ml de suco de laranja
-----------------	---------------------------

*Opções lanche da tarde: 1- 1 bolinho, 200 ml de suco, 1 fruta ou 1 porção; 2- 1 barrinha, 200 ml de suco, 1 fruta ou 1 porção; 3- 1 pão de hot dog, 1 fatia de presunto, queijo ou mortadela (15 gramas), 200 ml de suco

CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDIO		FIBRA	VIT A	VIT C	CÁLCIO	FERRO	SÓDIO	MAGNÉSI O	ZINCO
GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	G	µg	MG	MG	MG	MG	MG	MG
134,3333	537,3331	49,03386	196,1354	23,7552	213,7968	30,56399	3374,372	244,7801	293,8948	6,450962	4595,073	267,5407	5,286829

Faixa etária: 31 a 60 anos PARCIAL

LANCHE DA MANHÃ	1 fruta ou 1 porção*
ALMOÇO	90 gramas de Arroz
	70 gramas de Feijão
	90 gramas de Frango com Cenoura
	70 gramas de salada de Abobrinha
	1 Pera
	70 gramas de salada de Chuchu

CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDIO		FIBRA	VIT A	VIT C	CÁLCIO	FERRO	SÓDIO	MAGNÉSI O	ZINCO
GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	G	µg	MG	MG	MG	MG	MG	MG
114,5	458	35	140,5	7,84	70,6	22,6	4495	273	96	5,35	4242	187	2,32

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: **AINA FIORI DEZEM CRN 3-48560**



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praca José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361

CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDIO		FIBRA	VIT A	VIT C	CÁLCIO	FERRO	SÓDIO	MAGNÉSIO	ZINCO
GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	G	µg	MG	MG	MG	MG	MG	MG
114,5	458	35	140,5	7,84	70,6	22,6	4495	273	96	5,35	4242	187	2,32

Faixa etária: 19 a 30 anos PARCIAL	
LANCHE DA MANHÃ	1 fruta ou 1 porção*
ALMOÇO	90 gramas de Arroz
	70 gramas de Feijão
	90 gramas de Carne em Iscas ao Pomodoro

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: **AINA FIORI DEZEM CRN 3-48560**



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praca José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361

CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

	70 gramas de salada de Batata com ovo
	1 Laranja

Faixa etária: 16 a 18 anos PARCIAL	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE	1 fruta ou 1 porção*
ALMOÇO/JANTAR	150 gramas de Arroz
	70 gramas de Feijão
	100 gramas de Frango com Vagem
	100 gramas de salada de Tomate
	1 Maçã

GRAMAS		KCAL		GRAMAS		KCAL		G	µg	MG	MG	MG	MG	MG	MG
CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDIO		FIBRA	VIT A	VIT C	CÁLCIO	FERRO	SÓDIO	MAGNÉSIO	ZINCO		
GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	G	µg	MG	MG	MG	MG	MG	MG		
135	543,8	36,6	146	8	72	25,6	6736,8	325	115	5,65	4245	197,6	2,45		

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: **AINA FIORI DEZEM CRN 3-48560**



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praca José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361

CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

Faixa etária: 11 a 15 anos PARCIAL

LANCHE DA MANHÃ	1 fruta ou 1 porção*
ALMOÇO	90 gramas de Arroz
	70 gramas de Feijão
	90 gramas de Frango com Batata
	5 folhas de Alface
	1 Porção de Melão

CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDIO		FIBRA	VIT A	VIT C	CÁLCIO	FERRO	SÓDIO	MAGNÉSIO	ZINCO
GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	G	µg	MG	MG	MG	MG	MG	MG
114,5	458	35	140,5	7,84	70,6	22,6	4495	273	96	5,35	4242	187	2,32

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: **AINA FIORI DEZEM CRN 3-48560**



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praca José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361

CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

Faixa etária: 6 a 10 anos PARCIAL	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE	1 fruta ou 1 porção*
ALMOÇO	70 gramas de Arroz
	50gramas de Feijão
	60 gramas de Carne em Cubos com Mandioquinha
	40 gramas de salada de Repolho
	1 Pera

CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDIO		FIBRA	VIT A	VIT C	CÁLCIO	FERRO	SÓDIO	MAGNÉSIO	ZINCO
GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL							MG	MG
73	293	30	120	10,5	94,4	18,6	2251,7	217,7	71,25	4,66	3326,27	163,8	1,77

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: **AINA FIORI DEZEM CRN 3-48560**



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praca José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361

CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

Faixa etária: 4 a 5 anos PARCIAL

LANCHE DA MANHÃ ou
TARDE

1/2 fruta ou 1/2 porção*

ALMOÇO/JANTAR

70 gramas de Arroz

50gramas de Feijão

60 gramas de Frango com Batata

5 folhas de Alface

1 Porção de Melão

CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDIO		FIBRA	VIT A	VIT C	CÁLCIO	FERRO	SÓDIO	MAGNÉSIO	ZINCO
GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	G	µg	MG	MG	MG	MG	MG	MG
74,2	220	21	83	12	107	13,6	1127,4	180	48	3,38	2571,24	123,4	2,37

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: **AINA FIORI DEZEM CRN 3-48560**



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praca José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361

CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: **AINA FIORI DEZEM CRN 3-48560**