



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361
CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta
BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

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

CARDÁPIO PERÍODO INTEGRAL JUNHO/2024

| | | | | |
|--|--|--|---|---|
| 03/06 A/F FRANGO EM CUBOS COM SELETA DE LEGUMES SALADA DE BETERRABA | 04/06 A/F PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE REPOLHO | 05/06 A/F POLENTA À BOLONHESA SALADA DE TOMATE | 06/06 A/F CARNE EM CUBOS COM BATATA E VAGEM SALADA DE FOLHAS | 07/06 F GALINHADA SALADA DE PEPINO |
| 10/06 A/F PEIXE COM BATATA SALADA DE PEPINO | 11/06 A/F CARNE EM CUBOS COM CENOURA SALADA DE BETERRABA | 12/06 A/F CAFTA DE FRANGO ASSADA SALADA DE CHUCHU | 13/06 A/F POLENTA COM CARNE MOÍDA SALADA DE TOMATE | 14/06 F GALINHADA SALADA DE REPOLHO |
| 17/06 A/F PERNIL COM BATATA SALADA DE REPOLHO | 18/06 A/F COXA E SOBRECOXA COM CENOURA E VAGEM SALADA DE PEPINO | 19/06 MACARRÃO À BOLONHESA SALADA DE BETERRABA | 20/06 A/F CARNE EM CUBOS COM MANDIOCA SALADA DE FOLHAS | 21/06 F GALINHADA SALADA DE CHUCHU |
| 24/06 FERIADO | 25/06 A/F FRANGO EM CUBOS COM SELETA DE LEGUMES SALADA DE BETERRABA | 26/06 A/F PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO | 27/06 A/F POLENTA À BOLONHESA SALADA DE REPOLHO | 28/06 MACARRÃO COM FRANGO, MILHO E ERVILHA SALADA DE TOMATE |



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361
CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta
BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

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

CARDÁPIO ESCOLA PARCIAL JUNHO/2024

| | | | | |
|---|--|--|--|--|
| 03/06 A/F CARNE EM CUBOS COM SELETA DE LEGUMES SALADA DE BETERRABA | 04/06 A/F FRANGO EM CUBOS COM CENOURA SALADA DE REPOLHO | 05/06 A/F PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE TOMATE | 06/06 A/F PEIXE COM BATATA SALADA DE FOLHAS | 07/06 F GALINHADA SALADA DE PEPINO |
| 10/06 A/F CARNE EM CUBOS COM CENOURA SALADA DE PEPINO | 11/06 A/F POLENTA À BOLONHESA SALADA DE BETERRABA | 12/06 A/F COXA E SOBRECOXA COM SELETA DE LEGUMES SALADA DE CHUCHU | 13/06 A/F PERNIL COM BATATA SALADA DE TOMATE | 14/06 MACARRÃO COM FRANGO, MILHO E ERVILHA SALADA DE REPOLHO |
| 17/06 A/F PERNIL COM BATATA SALADA DE REPOLHO | 18/06 A/F COXA E SOBRECOXA COM SELETA DE LEGUMES SALADA DE PEPINO | 19/06 A/F CARNE EM CUBOS COM CENOURA SALADA DE BETERRABA | 20/06 A/F CAFTA DE CARNE ASSADA SALADA DE FOLHAS | 21/06 F GALINHADA SALADA DE CHUCHU |
| 24/06 FERIADO | 25/06 A/F POLENTA À BOLONHESA SALADA DE BETERRABA | 26/06 A/F FRANGO EM CUBOS COM CENOURA E VAGEM SALADA DE PEPINO | 27/06 A/F CARNE EM CUBOS COM COM BATATA SALADA DE REPOLHO | 28/06 F GALINHADA SALADA DE TOMATE |

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



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361
CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta
BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

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

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

As refeições ofertadas são:

Café da manhã: todos os dias leite, achocolatado ou cacau em pó, pão e margarina/queijo/requeijão ou creme de ricota (APENAS INTEGRAL)

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.

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 GILCELDA BAENINGER N. 2, APAE, CEMEI PROFESSORA PATRICIA BARRICHELO LANÇA, CEMEI IVETE VANICE SILVA, CEMEI PROFESORA ELIANE DE VITTO FERREIRA PENNA, EMEB PROFESSORA



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361
CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta
BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

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

MARIA FERNANDA LOPES PIFFER, CEMEI PROFESSORA MARA MARQUES, LOURENÇO SANTIN.

6ª feira: 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 (opcional), 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.



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361
CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta
BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

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

| 1 PORÇÃO DE FRUTA | |
|--------------------------|----------|
| LARANJA PERA RIO | 1 UND |
| GOIABA VERMELHA | 1 UND |
| MELANCIA | 2 FATIAS |
| ABACAXI | 1 FATIA |
| MAMÃO FORMOSA | 1 FATIA |
| BANANA NANICA | 1 UND |
| MAÇA FUJI | 1 UND |
| PERA WILLIANS | 1 UND |
| MANGA TOMMY | 1 UND |
| TANGERINA | 1 UND |
| MELÃO | 2 FATIAS |



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361
CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta
BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

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

Porcionamento por faixa etária Integral



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361
CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta
BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

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

| Faixa etária: 31 a 60 anos | |
|----------------------------|---|
| 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 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.

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: AINA FIORI DEZEM CRN-48560



Documento assinado digitalmente
AINA FIORI DEZEM
Data: 19/03/2024 06:20:31-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361
CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta
BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

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

| 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 |
| 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 | 8,333997 |

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: AINA FIORI DEZEM CRN-48560



Documento assinado digitalmente
AINA FIORI DEZEM
Data: 19/03/2024 06:20:31-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361
CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta
BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

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

| Faixa etária: 19 a 30 anos | |
|----------------------------|--|
| 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 |

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



Documento assinado digitalmente
AINA FIORI DEZEM
Data: 19/03/2024 06:20:31-0300
Verifique em <https://validar.iti.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 |
| 216,9987 | 867,9948 | 84,48005 | 337,9202 | 42,22424 | 380,0181 | 47,97713 | 7867,094 | 377,4723 | 557,2256 | 10,73469 | 6881,17 | 442,7373 | 8,399887 |

| Faixa etária: 16 a 18 anos | |
|----------------------------|---|
| 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 |

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

| | |
|-----------------|--|
| | 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 |
|--------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|---------|
| 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 | |
| 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 |

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

| | |
|-----------------|--|
| | 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.

| 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 |
| 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 | 8,333997 |

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



Documento assinado digitalmente
AINA FIORI DEZEM
 Data: 19/03/2024 06:20:31-0300
 Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

| Faixa etária: 6 a 10 anos | |
|---------------------------|--|
| CAFÉ DA MANHÃ | 150 ml de leite integral UHT ou leite sem lactose ou leite de soja |
| | 1/2 colher de sopa de Achatado 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 |

*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-48560**



Documento assinado digitalmente
AINA FIORI DEZEM
 Data: 19/03/2024 06:20:31-0300
 Verifique em <https://validar.iti.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 |
| 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 | |
|--------------------------|--|
| 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 |

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



Documento assinado digitalmente
AINA FIORI DEZEM
 Data: 19/03/2024 06:20:31-0300
 Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

| | |
|-----------------|---------------------------|
| | 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

| 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 |
| 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 |

Porcionamento por faixa etária parcial:

| | |
|----------------------------|----------------------|
| Faixa etária: 31 a 60 anos | |
| LANCHE DA MANHÃ | 1 fruta ou 1 porção* |
| | 90 gramas de Arroz |
| | 70 gramas de Feijão |

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

| | |
|--------|----------------------------------|
| ALMOÇO | 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 | 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-48560**



Documento assinado digitalmente
AINA FIORI DEZEM
 Data: 19/03/2024 06:20:31-0300
 Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Faixa etária: 19 a 30 anos

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

70 gramas de salada de Batata com ovo

1 Laranja

| 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-48560**



Documento assinado digitalmente
AINA FIORI DEZEM
Data: 19/03/2024 06:20:31-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Faixa etária: 16 a 18 anos

| | |
|-----------------------|--------------------------------|
| 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 |

| 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 |

Faixa etária: 11 a 15 anos

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



Documento assinado digitalmente
AINA FIORI DEZEM
Data: 19/03/2024 06:20:31-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

| | |
|-----------------|--------------------------------|
| 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 |

| | |
|---------------------------|--|
| Faixa etária: 6 a 10 anos | |
| 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 |

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



Documento assinado digitalmente
AINA FIORI DEZEM
 Data: 19/03/2024 06:20:31-0300
 Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

| | |
|--|--------------------------------|
| | 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 |

| Faixa etária: 4 a 5 anos | |
|--------------------------|--------------------------------|
| 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 |

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



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361
CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta
BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

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

| 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 |

Documento assinado digitalmente

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL:

gov.br

AINA FIORI DEZEM

Data: 29/05/2024 06:25:38-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br/>

N-48560



Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361
CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta
BEBEDOURO - Estado de São Paulo
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

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

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: AINA FIORI DEZEM CRN-48560

Documento assinado digitalmente



AINA FIORI DEZEM

Data: 29/05/2024 06:25:38-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>