



Prefeitura Municipal de Guarulhos
 Secretaria de Educação - Departamento de Planejamento da Educação
 Divisão Técnica de Alimentação Escolar - Seção Técnica de Nutrição

CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - NOVEMBRO / 2023

CRECHE (6 a 12 meses)

	SEGUNDA 30/out	TERÇA 31/out	QUARTA 01/nov	QUINTA 02/nov	SEXTA 03/nov
LANCHE DA MANHÃ			FÓRMULA INFANTIL	FERIADO	REE
ALMOÇO			MACARRÃO COM FRANGO DESFIADO		
LANCHE DA TARDE			FÓRMULA INFANTIL		
JANTAR			PAPA DE ARROZ PAPA DE FEIJÃO FRANGO ENSOPADO		

HORÁRIO PERÍODO INTEGRAL - 07h às 17h

Café da Manhã - Início das 07h às 7h30 min
Almoço - Início das 10h às 10h30min
Lanche - Início das 13h às 13h30min
Jantar - Início das 15h30min às 16h

HORÁRIO PERÍODO INTEGRAL - 08h às 18h

Café da Manhã - Início das 08h às 8h30 min
Almoço - Início das 11h às 11h30min
Lanche - Início das 14h às 14h30min
Jantar - Início das 16h30min às 17h

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Gisela Mayumi - Nutricionista - CRN-3 5.650
 Marcia Maria Féria - Chefe de Divisão / RT- CRN-3 5.801



Prefeitura Municipal de Guarulhos
 Secretaria de Educação - Departamento de Planejamento da Educação
 Divisão Técnica de Alimentação Escolar - Seção Técnica de Nutrição

CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - NOVEMBRO / 2023 **CRECHE (6 a 12 meses)**

	SEGUNDA 06/nov	TERÇA 07/nov	QUARTA 08/nov	QUINTA 09/nov	SEXTA 10/nov
LANCHE DA MANHÃ	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL
ALMOÇO	PAPA DE ARROZ PAPA DE FEIJÃO FRANGO COM LEGUMES	PAPA DE ARROZ PAPA DE FEIJÃO CARNE COZIDA	PAPA DE ARROZ PAPA DE FEIJÃO POLENTA COM CARNE MOÍDA FRUTA AMASSADA	PAPA DE ARROZ PAPA DE ERVILHA CARNE COZIDA	MACARRÃO COLORIDO COM FRANGO E BRÓCOLIS FRUTA AMASSADA
LANCHE DA TARDE	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL
JANTAR	PAPA DE ARROZ PAPA DE FEIJÃO CARNE COZIDA	PAPA DE ARROZ INTEGRAL COM AÇAFRÃO PAPA DE FEIJÃO CARNE DESFIADA COM BATATA DOCE	PAPA DE ARROZ PAPA DE FEIJÃO FRANGO COZIDO COM ABOBRINHA	PAPA DE ARROZ PAPA DE FEIJÃO FRANGO ENSOPADO COM ESCAROLA FRUTA RASPADA	PAPA DE ARROZ PAPA DE FEIJÃO OVOS COZIDOS COM BATATAS

HORÁRIO PERÍODO INTEGRAL - 07h às 17h

Café da Manhã - Início das 07h às 7h30 min
Almoço - Início das 10h às 10h30min
Lanche - Início das 13h às 13h30min
Jantar - Início das 15h30min às 16h

HORÁRIO PERÍODO INTEGRAL - 08h às 18h

Café da Manhã - Início das 08h às 8h30 min
Almoço - Início das 11h às 11h30min
Lanche - Início das 14h às 14h30min
Jantar - Início das 16h30min às 17h

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Gisela Mayumi - Nutricionista - CRN-3 5.650
 Marcia Maria Féria - Chefe de Divisão / RT- CRN-3 5.801



Prefeitura Municipal de Guarulhos
 Secretaria de Educação - Departamento de Planejamento da Educação
 Divisão Técnica de Alimentação Escolar - Seção Técnica de Nutrição

CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - NOVEMBRO / 2023
CRECHE (6 a 12 meses)

	SEGUNDA 13/nov	TERÇA 14/nov	QUARTA 15/nov	QUINTA 16/nov	SEXTA 17/nov
LANCHE DA MANHÃ	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FERIADO	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL
ALMOÇO	PAPA DE ARROZ	PAPA DE ARROZ		MACARRÃO DE ARROZ COM FRANGO	PAPA DE ARROZ
	PAPA DE FEIJÃO	PAPA DE FEIJÃO		ACELGA REFOGADA	PAPA DE FEIJÃO
	CARNE COM ERVILHA	FRANGO ENSOPADO		FRANGO COM BATATA DOCE	
	FRUTA AMASSADA	CHUCHU REFOGADO		BANANA AMASSADA	
LANCHE DA TARDE	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	
JANTAR	PAPA DE ARROZ	PAPA DE ARROZ	PAPA DE ARROZ	PAPA DE ARROZ	
	PAPA DE FEIJÃO	PAPA DE FEIJÃO	PAPA DE FEIJÃO	PAPA DE FEIJÃO	
	FRANGO EM CUBOS COM ACELGA	CARNE REFOGADA	CARNE DE COZIDA	FRANGO ENSOPADO	
		SALADA DE BETERRABA COZIDA		CREME DE ESPINAFRE	

HORÁRIO PERÍODO INTEGRAL - 07h às 17h
Café da Manhã - Início das 07h às 7h30 min
Almoço - Início das 10h às 10h30min
Lanche - Início das 13h às 13h30min
Jantar - Início das 15h30min às 16h

HORÁRIO PERÍODO INTEGRAL - 08h às 18h
Café da Manhã - Início das 08h às 8h30 min
Almoço - Início das 11h às 11h30min
Lanche - Início das 14h às 14h30min
Jantar - Início das 16h30min às 17h

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Gisela Mayumi - Nutricionista - CRN-3 5.650
 Marcia Maria Féria - Chefe de Divisão / RT- CRN-3 5.801



Prefeitura Municipal de Guarulhos
 Secretaria de Educação - Departamento de Planejamento da Educação
 Divisão Técnica de Alimentação Escolar - Seção Técnica de Nutrição

CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - NOVEMBRO / 2023 **CRECHE (6 a 12 meses)**

	SEGUNDA 20/nov	TERÇA 21/nov	QUARTA 22/nov	QUINTA 23/nov	SEXTA 24/nov
LANCHE DA MANHÃ	FERIADO	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL
ALMOÇO		MACARRÃO INTEGRAL COM CARNE E CENOURA	PAPA DE ARROZ INTEGRAL COM AÇAFRÃO PAPA DE FEIJÃO CARNE PICADINHA COM CHUCHU FRUTA AMASSADA	PAPA DE ARROZ PAPA DE LENTILHA FRANGO COM MANDIOQUINHA FRUTA AMASSADA	PAPA DE ARROZ PAPA DE FEIJÃO CARNE COM ABÓBORA
LANCHE DA TARDE		FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL
JANTAR		PAPA DE ARROZ PAPA DE FEIJÃO FRANGO ENSOPADO COM LEGUMES	PAPA DE ARROZ PAPA DE FEIJÃO CARNE REFOGADA PURÊ DE MANDIOQUINHA	MACARRÃO PARAFUSO COM CARNE E VAGEM COZIDA E PICADINHA	PAPA DE ARROZ PAPA DE FEIJÃO FRANGO ENSOPADO BERINJELA COZIDA

HORÁRIO PERÍODO INTEGRAL - 07h às 17h
Café da Manhã - Início das 07h às 7h30 min
Almoço - Início das 10h às 10h30min
Lanche - Início das 13h às 13h30min
Jantar - Início das 15h30min às 16h

HORÁRIO PERÍODO INTEGRAL - 08h às 18h
Café da Manhã - Início das 08h às 8h30 min
Almoço - Início das 11h às 11h30min
Lanche - Início das 14h às 14h30min
Jantar - Início das 16h30min às 17h

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Gisela Mayumi - Nutricionista - CRN-3 5.650
 Marcia Maria Féria - Chefe de Divisão / RT- CRN-3 5.801



Prefeitura Municipal de Guarulhos
 Secretaria de Educação - Departamento de Planejamento da Educação
 Divisão Técnica de Alimentação Escolar - Seção Técnica de Nutrição

CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - NOVEMBRO / 2023 **CRECHE (6 a 12 meses)**

	SEGUNDA 27/nov	TERÇA 28/nov	QUARTA 29/nov	QUINTA 30/nov	SEXTA 01/dez
LANCHE DA MANHÃ	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	
ALMOÇO	PAPA DE ARROZ PAPA DE FEIJÃO FRANGO COM INHAME	PAPA DE ARROZ PAPA DE FEIJÃO CARNE COZIDA COM CHUCHU FRUTA AMASSADA	PAPA DE ARROZ PAPA DE FEIJÃO FRANGO ENSOPADO	PAPA DE ARROZ PAPA DE FEIJÃO PRETO CARNE COM COUVE PICADINHA FRUTA AMASSADA	
LANCHE DA TARDE	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	
JANTAR	PAPA DE ARROZ PAPA DE FEIJÃO CARNE COZIDA COM CHUCHU	PAPA DE ARROZ PAPA DE FEIJÃO FRANGO REFOGADO BERINJELA COZIDA	PAPA DE ARROZ PAPA DE FEIJÃO CARNE COZIDA COM BATATA DOCE FRUTA AMASSADA	PAPA DE ARROZ PAPA DE FEIJÃO FRANGO COZIDO COM MANDIOCA	

HORÁRIO PERÍODO INTEGRAL - 07h às 17h
Café da Manhã - Início das 07h às 7h30 min
Almoço - Início das 10h às 10h30min
Lanche - Início das 13h às 13h30min
Jantar - Início das 15h30min às 16h

HORÁRIO PERÍODO INTEGRAL - 08h às 18h
Café da Manhã - Início das 08h às 8h30 min
Almoço - Início das 11h às 11h30min
Lanche - Início das 14h às 14h30min
Jantar - Início das 16h30min às 17h

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Gisela Mayumi - Nutricionista - CRN-3 5.650
 Marcia Maria Féria - Chefe de Divisão / RT- CRN-3 5.801



CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - NOVEMBRO / 2023
CRECHE - PERÍODO PARCIAL OU INTEGRAL

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		30/out	31/out	01/nov	02/nov	03/nov
PERÍODO PARCIAL	PERÍODO INTEGRAL	LANCHE DA MANHÃ		LEITE COM CANELA BISCOITO	FERIADO	REE
		ALMOÇO		MACARRÃO AO MOLHO COM FRANGO BANANADA		
		LANCHE DA TARDE		LEITE BISCOITO		
		JANTAR		ARROZ FEIJÃO FRANGO ENSOPADO FAROFÁ		

HORÁRIO PERÍODO INTEGRAL - 07h às 17h
Café da Manhã - Início das 07h às 7h30 min
Almoço - Início das 10h às 10h30min
Lanche - Início das 13h às 13h30min
Jantar - Início das 15h30min às 16h

HORÁRIO PERÍODO INTEGRAL - 08h às 18h
Café da Manhã - Início das 08h às 8h30 min
Almoço - Início das 11h às 11h30min
Lanche - Início das 14h às 14h30min
Jantar - Início das 16h30min às 17h

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Gisela Mayumi - Nutricionista - CRN-3 5.650
 Marcia Maria Féria - Chefe de Divisão / RT- CRN-3 5.801



CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - NOVEMBRO / 2023
CRECHE - PERÍODO PARCIAL OU INTEGRAL

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	
		06/nov	07/nov	08/nov	09/nov	10/nov	
PERÍODO PARCIAL	PERÍODO INTEGRAL	LANCHE DA MANHÃ	LEITE BISCOITO	LEITE COM CANELA BISCOITO	LEITE BATIDO COM POLPA DE MORANGO, ADOÇADO COM UVA PASSA BISCOITO	LEITE COM CANELA PÃO COM GELEIA	BANANA COM LEITE EM PÓ
		ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SELETA DE LEGUMES	ARROZ FEIJÃO (OPCIONAL) STROGONOFF DE CARNE	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM CARNE MOÍDA E PTS	ARROZ ERVILHA COZIDA CARNE DE PANELA FAROFA DE AVEIA E FARINHA DE MANDIOCA COM COUVE	MACARRÃO COLORIDO COM MOLHO DE FRANGO E BRÓCOLIS SALADA DE PEPINO FRUTA
		LANCHE DA TARDE	LEITE BISCOITO	LEITE BISCOITO	LEITE BISCOITO	CANJICA ADOÇADA COM UVA PASSA	LEITE PÃO DE LEITE COM CREME VEGETAL
		JANTAR	ARROZ FEIJÃO ALMÔNDEGAS AO MOLHO	ARROZ INTEGRAL COM AÇAFRÃO FEIJÃO CARNE COM BATATA DOCE	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM ABOBRINHA FRUTA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ENSOPADO SALADA DE ESCAROLA FRUTA	ARROZ FEIJÃO OVOS COZIDOS COM BATATAS

HORÁRIO PERÍODO INTEGRAL - 07h às 17h

Café da Manhã - Início das 07h às 7h30 min
Almoço - Início das 10h às 10h30min
Lanche - Início das 13h às 13h30min
Jantar - Início das 15h30min às 16h

HORÁRIO PERÍODO INTEGRAL - 08h às 18h

Café da Manhã - Início das 08h às 8h30 min
Almoço - Início das 11h às 11h30min
Lanche - Início das 14h às 14h30min
Jantar - Início das 16h30min às 17h

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Gisela Mayumi - Nutricionista - CRN-3 5.650
 Marcia Maria Féria - Chefe de Divisão / RT- CRN-3 5.801



Prefeitura Municipal de Guarulhos
 Secretaria de Educação - Departamento de Planejamento da Educação
 Divisão Técnica de Alimentação Escolar - Seção Técnica de Nutrição

CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - NOVEMBRO / 2023
CRECHE - PERÍODO PARCIAL OU INTEGRAL

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	
		13/nov	14/nov	15/nov	16/nov	17/nov	
PERÍODO PARCIAL	PERÍODO INTEGRAL	LANCHE DA MANHÃ	LEITE PÃO DE FORMA COM CREME VEGETAL	LEITE COM CANELA BISCOITO	FERIADO	LEITE COM CANELA BISCOITO	LEITE MINI PÃES DE VEGETAIS COM CREME VEGETAL
		ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARNE COM ERVILHA FRUTA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ENSOPADO CHUCHU REFOGADO		MACARRÃO DE ARROZ AO MOLHO COM ATUM SALADA DE ACELGA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA DOCE FRUTA
		LANCHE DA TARDE	LEITE BISCOITO	LEITE BISCOITO		LEITE PÃO DE FORMA COM CREME VEGETAL	LEITE BISCOITO
		JANTAR	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM CUBOS COM ACELGA	ARROZ FEIJÃO CARNE REFOGADA SALADA DE BETERRABA		ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COZIDO CREME DE ESPINAFRE

HORÁRIO PERÍODO INTEGRAL - 07h às 17h
Café da Manhã - Início das 07h às 7h30 min
Almoço - Início das 10h às 10h30min
Lanche - Início das 13h às 13h30min
Jantar - Início das 15h30min às 16h

HORÁRIO PERÍODO INTEGRAL - 08h às 18h
Café da Manhã - Início das 08h às 8h30 min
Almoço - Início das 11h às 11h30min
Lanche - Início das 14h às 14h30min
Jantar - Início das 16h30min às 17h

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Gisela Mayumi - Nutricionista - CRN-3 5.650

Marcia Maria Féria - Chefe de Divisão / RT - CRN-3 5.801



CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - NOVEMBRO / 2023
CRECHE - PERÍODO PARCIAL OU INTEGRAL

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		20/nov	21/nov	22/nov	23/nov	24/nov
PERÍODO PARCIAL	PERÍODO INTEGRAL	LANCHE DA MANHÃ	LEITE COM CANELA BISCOITO	ABACATE COM LEITE EM PÓ	LEITE MINI BOLO SEM AÇÚCAR	IOGURTE NATURAL BATIDO COM POLPA DE MORANGO, ADOÇADO COM UVA PASSA BISCOITO
		ALMOÇO	MACARRÃO INTEGRAL COM ALMÔNDEGAS AO MOLHO COM CENOURA RALADA SUCO MISTO DE FRUTAS	ARROZ INTEGRAL COM AÇAFRÃO FEIJÃO PICADINHO DE CARNE CHUCHU SAUTÊ FRUTA	ARROZ LENTILHA FRANGO COM MANDIOQUINHA FRUTA	ARROZ FEIJÃO PEIXE AO MOLHO ABÓBORA REFOGADA
		LANCHE DA TARDE	LEITE BISCOITO	LEITE BISCOITO	CANJICA ADOÇADA COM UVA PASSA	LEITE BISCOITO
		JANTAR	ARROZ FEIJÃO SALADA DE ATUM COM SELETA DE LEGUMES	ARROZ FEIJÃO ALMÔNDEGAS AO MOLHO PURÊ DE MANDIOQUINHA	MACARRÃO PARAFUSO AO MOLHO COM CARNE SALADA DE VAGEM	ARROZ FEIJÃO FRANGO ENSOPADO SALADA DE BERINJELA
		FERIADO				

HORÁRIO PERÍODO INTEGRAL - 07h às 17h
Café da Manhã - Início das 07h às 7h30 min
Almoço - Início das 10h às 10h30min
Lanche - Início das 13h às 13h30min
Jantar - Início das 15h30min às 16h

HORÁRIO PERÍODO INTEGRAL - 08h às 18h
Café da Manhã - Início das 08h às 8h30 min
Almoço - Início das 11h às 11h30min
Lanche - Início das 14h às 14h30min
Jantar - Início das 16h30min às 17h

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Gisela Mayumi - Nutricionista - CRN-3 5.650
 Marcia Maria Féria - Chefe de Divisão / RT- CRN-3 5.801



Prefeitura Municipal de Guarulhos
 Secretaria de Educação - Departamento de Planejamento da Educação
 Divisão Técnica de Alimentação Escolar - Seção Técnica de Nutrição

CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - NOVEMBRO / 2023
CRECHE - PERÍODO PARCIAL OU INTEGRAL

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		27/nov	28/nov	29/nov	30/nov	01/dez
PERÍODO PARCIAL	LANCHE DA MANHÃ	LEITE COM POLPA DE COCO BISCOITO	LEITE BISNAGUINHA	LEITE COM CANELA BISCOITO	SUCO MISTO DE FRUTAS PÃO DE LEITE COM CREME VEGETAL	
	ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM INHAME	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA SALADA DE CHUCHU FRUTA	ARROZ FEIJÃO MOQUECA DE PEIXE COM POLPA DE COCO SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO PRETO COM CARNE COUVE REFOGADA	
	LANCHE DA TARDE	LEITE BISCOITO	LEITE BISCOITO	LEITE BISNAGUINHA COM GELEIA	CANJICA ADOÇADA COM UVA PASSA	
	JANTAR	ARROZ FEIJÃO PEIXE ENSOPADO SALADA DE CHUCHU	ARROZ FEIJÃO FRANGO REFOGADO SALADA DE BERINJELA	ARROZ FEIJÃO CARNE COM BATATA DOCE FRUTA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIOCA	

HORÁRIO PERÍODO INTEGRAL - 07h às 17h
Café da Manhã - Início das 07h às 7h30 min
Almoço - Início das 10h às 10h30min
Lanche - Início das 13h às 13h30min
Jantar - Início das 15h30min às 16h

HORÁRIO PERÍODO INTEGRAL - 08h às 18h
Café da Manhã - Início das 08h às 8h30 min
Almoço - Início das 11h às 11h30min
Lanche - Início das 14h às 14h30min
Jantar - Início das 16h30min às 17h

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Gisela Mayumi - Nutricionista - CRN-3 5.650
 Marcia Maria Féria - Chefe de Divisão / RT- CRN-3 5.801



Prefeitura Municipal de Guarulhos
 Secretaria de Educação - Departamento de Planejamento da Educação
 Divisão Técnica de Alimentação Escolar - Seção Técnica de Nutrição

CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - NOVEMBRO / 2023
PRÉ ESCOLA, ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		30/out	31/out	01/nov	02/nov	03/nov
PERÍODO PARCIAL	LANCHE 07h às 7h30min 13h às 13h30min			LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO	FERIADO	REE
	REFEIÇÃO 10h às 10h30min 16h às 16h30min			MACARRÃO AO MOLHO COM FRANGO BANANADA		
PERÍODO INTEGRAL	LANCHE DA MANHÃ 07h às 7h30min			LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO	FERIADO	REE
	REFEIÇÃO 10h às 10h30min			MACARRÃO COLORIDO AO MOLHO COM FRANGO BANANADA		
	LANCHE DA TARDE 13h às 13h30min			LEITE BISCOITO		
	REFEIÇÃO 16h às 16h30min			ARROZ FEIJÃO FRANGO ENSOPADO FAROFÁ		

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Gisela Mayumi - Nutricionista - CRN-3 5.650

Marcia Maria Féria - Chefe de Divisão / RT- CRN-3 5.801



Prefeitura Municipal de Guarulhos
 Secretaria de Educação - Departamento de Planejamento da Educação
 Divisão Técnica de Alimentação Escolar - Seção Técnica de Nutrição

CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - NOVEMBRO / 2023
PRÉ ESCOLA, ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		06/nov	07/nov	08/nov	09/nov	10/nov
PERÍODO PARCIAL	LANCHE 07h às 7h30min 13h às 13h30min	LEITE BISCOITO	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO	LEITE BATIDO COM POLPA DE MORANGO, ADOÇADO COM UVA PASSA BISCOITO	LEITE COM CHOCOLATE PÃO COM GELEIA	BANANA COM LEITE EM PÓ
	REFEIÇÃO 10h às 10h30min 16h às 16h30min	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SELETA DE LEGUMES	ARROZ FEIJÃO (OPCIONAL) STROGONOFF DE CARNE	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM CARNE MOÍDA E PTS FRUTA	ARROZ ERVILHA COZIDA CARNE DE PANELA FAROFA DE AVEIA E FARINHA DE MANDIOCA COM COUVE	MACARRÃO COLORIDO COM MOLHO DE FRANGO E BRÓCOLIS SALADA DE PEPINO FRUTA
PERÍODO INTEGRAL	LANCHE DA MANHÃ 07h às 7h30min	LEITE BISCOITO	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO	LEITE BATIDO COM POLPA DE MORANGO, ADOÇADO COM UVA PASSA BISCOITO	LEITE COM CHOCOLATE PÃO COM GELEIA	BANANA COM LEITE EM PÓ
	REFEIÇÃO 10h às 10h30min	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SELETA DE LEGUMES	ARROZ FEIJÃO (OPCIONAL) STROGONOFF DE CARNE	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM CARNE MOÍDA E PTS FRUTA	ARROZ ERVILHA COZIDA CARNE DE PANELA FAROFA DE AVEIA E FARINHA DE MANDIOCA COM COUVE	MACARRÃO COLORIDO COM MOLHO DE FRANGO E BRÓCOLIS SALADA DE PEPINO FRUTA
	LANCHE DA TARDE	LEITE BISCOITO	LEITE BISCOITO	LEITE BISCOITO	CANJICA ADOÇADA COM UVA PASSA	LEITE PÃO DE LEITE COM CREME VEGETAL
	REFEIÇÃO 16h às 16h30min	ARROZ FEIJÃO ALMÔNDEGAS AO MOLHO	ARROZ INTEGRAL COM AÇAFRÃO FEIJÃO CARNE COM BATATA DOCE	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM ABOBRINHA FRUTA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ENSOPADO SALADA DE ESCAROLA FRUTA	ARROZ FEIJÃO OVOS COZIDOS COM BATATAS

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES



Prefeitura Municipal de Guarulhos
 Secretaria de Educação - Departamento de Planejamento da Educação
 Divisão Técnica de Alimentação Escolar - Seção Técnica de Nutrição

CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - NOVEMBRO / 2023
PRÉ ESCOLA, ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		13/nov	14/nov	15/nov	16/nov	17/nov
PERÍODO PARCIAL	LANCHE 07h às 7h30min 13h às 13h30min	LEITE PÃO DE FORMA COM CREME VEGETAL	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO	FERIADO	LEITE COM CANELA BISCOITO	LEITE MINI PÃES DE VEGETAIS COM CREME VEGETAL
	REFEIÇÃO 10h às 10h30min 16h às 16h30min	ARROZ FEIJÃO CARNE COM ERVILHA FRUTA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ENSOPADO CHUCHU REFOGADO		MACARRÃO DE ARROZ AO MOLHO COM ATUM SALADA DE ACELGA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA DOCE FRUTA
PERÍODO INTEGRAL	LANCHE DA MANHÃ 07h às 7h30min	LEITE PÃO DE FORMA COM CREME VEGETAL	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO	FERIADO	LEITE COM CANELA BISCOITO	LEITE MINI PÃES DE VEGETAIS COM CREME VEGETAL
	REFEIÇÃO 10h às 10h30min	ARROZ FEIJÃO CARNE COM ERVILHA FRUTA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ENSOPADO CHUCHU REFOGADO		MACARRÃO DE ARROZ AO MOLHO COM ATUM SALADA DE ACELGA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA DOCE FRUTA
	LANCHE DA TARDE 13h às 13h30min	LEITE BISCOITO	LEITE BISCOITO		LEITE PÃO DE FORMA COM CREME VEGETAL	LEITE BISCOITO
	REFEIÇÃO 16h às 16h30min	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM CUBOS COM ACELGA	ARROZ FEIJÃO CARNE REFOGADA SALADA DE BETERRABA		ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COZIDO CREME DE ESPINAFRE

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES



Prefeitura Municipal de Guarulhos
 Secretaria de Educação - Departamento de Planejamento da Educação
 Divisão Técnica de Alimentação Escolar - Seção Técnica de Nutrição

CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - NOVEMBRO / 2023
PRÉ ESCOLA, ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		20/nov	21/nov	22/nov	23/nov	24/nov
PERÍODO PARCIAL	LANCHE 07h às 7h30min 13h às 13h30min	FERIADO	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO	ABACATE COM LEITE EM PÓ	LEITE MINI BOLO	IOGURTE (SABOR SALADA DE FRUTAS) BISCOITO
	REFEIÇÃO 10h às 10h30min 16h às 16h30min		MACARRÃO INTEGRAL COM ALMÔNDÉGAS AO MOLHO COM CENOURA RALADA SUCO MISTO DE FRUTAS	ARROZ INTEGRAL COM AÇAFRÃO FEIJÃO PICADINHO DE CARNE CHUCHU SAUTÊ FRUTA	ARROZ LENTILHA FRANGO COM MANDIOQUINHA FRUTA	ARROZ FEIJÃO PEIXE AO MOLHO COM PIMENTÃO ABÓBORA REFOGADA

PERÍODO INTEGRAL	LANCHE DA MANHÃ 07h às 7h30min	FERIADO	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO	ABACATE COM LEITE EM PÓ	LEITE MINI BOLO	IOGURTE (SABOR SALADA DE FRUTAS) BISCOITO
	REFEIÇÃO 10h às 10h30min		MACARRÃO INTEGRAL COM ALMÔNDÉGAS AO MOLHO COM CENOURA RALADA SUCO MISTO DE FRUTAS	ARROZ INTEGRAL COM AÇAFRÃO FEIJÃO PICADINHO DE CARNE CHUCHU SAUTÊ FRUTA	ARROZ LENTILHA FRANGO COM MANDIOQUINHA FRUTA	ARROZ FEIJÃO PEIXE AO MOLHO COM PIMENTÃO ABÓBORA REFOGADA
	LANCHE DA TARDE 13h às 13h30min		LEITE BISCOITO	LEITE BISCOITO	CANJICA ADOÇADA COM UVA PASSA	LEITE BISCOITO
	REFEIÇÃO 16h às 16h30min		ARROZ FEIJÃO SALADA DE ATUM COM SELETA DE LEGUMES	ARROZ FEIJÃO ALMÔNDÉGAS AO MOLHO PURÊ DE MANDIOQUINHA	MACARRÃO PARAFUSO AO MOLHO COM CARNE SALADA DE VAGEM	ARROZ FEIJÃO FRANGO ENSOPADO SALADA DE BERINJELA

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES



Prefeitura Municipal de Guarulhos
 Secretaria de Educação - Departamento de Planejamento da Educação
 Divisão Técnica de Alimentação Escolar - Seção Técnica de Nutrição

CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - NOVEMBRO / 2023
PRÉ ESCOLA, ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		27/nov	28/nov	29/nov	30/nov	01/dez
PERÍODO PARCIAL	LANCHE 07h às 7h30min 13h às 13h30min	LEITE COM POLPA DE COCO BISCOITO	LEITE COM CANELA BISNAGUINHA	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO	SUCO MISTO DE FRUTAS PÃO DE LEITE COM CREME VEGETAL	
	REFEIÇÃO 10h às 10h30min 16h às 16h30min	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM INHAME	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA SALADA DE CHUCHU FRUTA	ARROZ FEIJÃO MOQUECA DE PEIXE COM POLPA DE COCO E PIMENTÃO SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO PRETO COM CARNE COUVE REFOGADA	

PERÍODO INTEGRAL	LANCHE DA MANHÃ 07h às 7h30min	LEITE COM POLPA DE COCO BISCOITO	LEITE COM CANELA BISCOITO	LEITE COM CHOCOLATE BISNAGUINHA COM GELEIA	SUCO MISTO DE FRUTAS PÃO DE LEITE COM CREME VEGETAL	
	REFEIÇÃO 10h às 10h30min	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM INHAME	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA SALADA DE CHUCHU FRUTA	ARROZ FEIJÃO MOQUECA DE PEIXE COM POLPA DE COCO E PIMENTÃO SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO PRETO COM CARNE COUVE REFOGADA	
	LANCHE DA TARDE 13h às 13h30min	LEITE BISCOITO	LEITE COM CANELA BISCOITO	LEITE BISNAGUINHA COM GELEIA	CANJICA ADOÇADA COM UVA PASSA	
	REFEIÇÃO 16h às 16h30min	ARROZ FEIJÃO PEIXE ENSOPADO SALADA DE CHUCHU	ARROZ FEIJÃO FRANGO REFOGADO SALADA DE BERINJELA	ARROZ FEIJÃO CARNE COM BATATA DOCE FRUTA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIOCA	

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES