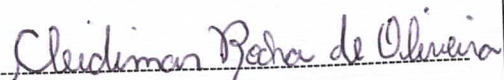


SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Rua Emilio Fernandes Bilar, 1647 – CEP. 15.570-000
e-mail: educacao@cardoso.sp.gov.br
CARDOSO – ESTADO DE SÃO PAULO

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR EMESP

MARÇO/2026

REFEIÇÃO	SEGUNDA – FEIRA 02/03	TERÇA – FEIRA 03/03	QUARTA – FEIRA 04/03	QUINTA - FEIRA 05/03	SEXTA - FEIRA 06/03
JANTAR	Arroz, feijão, carne moída refogada com batata e salada de repolho com cenoura	Arroz, estrogonofe de frango (filé de frango) e salada de alface com tomate	Arroz, feijão, pernil de porco acebolado e salada de repolho com tomate	Galinhada (coxa e sobrecoxa de frango, cenoura e milho) e salada de beterraba cozida	Macarronada com molho de carne moída e salada de repolho com cenoura ralada
Média semanal da composição nutricional	ENERGIA (kcal) 897,8Kcal	CHO (55 a 65% do VET) 130,87g/523,48Kcal 58,30%	PTN (10 a 15 % do VET) 45,85g/183,4Kcal 20,42%	LDP (15 A 30 % do VET) 26,14g/235,26Kcal 26,20%	-----

Assinatura: 
Nutricionista: Cleidimar Rocha de Oliveira/ CRN-90216

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Rua Emílio Fernandes Bilar, 1647 – CEP. 15.570-000

e-mail: educacao@cardoso.sp.gov.br

CARDOSO – ESTADO DE SÃO PAULO

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR EMESP

MARÇO/2026

REFEIÇÃO	SEGUNDA – FEIRA 09/03	TERÇA – FEIRA 10/03	QUARTA – FEIRA 11/03	QUINTA - FEIRA 12/03	SEXTA - FEIRA 13/03
JANTAR	Arroz, feijão, carne moída refogada com batata e salada de repolho com cenoura	Arroz, estrogonofe de frango (filé de frango) e salada de alface com tomate	Arroz, feijão, pernil de porco acebolado e salada de repolho com tomate	Galinhada (coxa e sobrecoxa de frango, cenoura e milho) e salada de beterraba cozida	Macarronada com molho de carne moída e salada de repolho com cenoura ralada
Média semanal da composição nutricional	ENERGIA (kcal) 897,8Kcal	CHO (55 a 65% do VET) 130,87g/523,48Kcal 58,30%	PTN (10 a 15 % do VET) 45,85g/183,4Kcal 20,42%	LDP (15 A 30 % do VET) 26,14g/235,26Kcal %	-----

Assinatura:

Nutricionista: Cleidimar Rocha de Oliveira/ CRN-90216

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
 Rua Emílio Fernandes Bilar, 1647 – CEP. 15.570-000
 e-mail: educacao@cardoso.sp.gov.br
 CARDOSO – ESTADO DE SÃO PAULO

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR EMESP

MARÇO/2026

REFEIÇÃO	SEGUNDA – FEIRA 16/03	TERÇA – FEIRA 17/03	QUARTA – FEIRA 18/03	QUINTA - FEIRA 19/03	SEXTA - FEIRA 20/03
JANTAR	-----	-----	-----	Galinhada (coxa e sobrecoxa de frango, cenoura e milho) e salada de beterraba cozida	Macarronada com molho de carne moída e salada de repolho com cenoura ralada
Média semanal da composição nutricional	ENERGIA (kcal) 897,8Kcal	CHO (55 a 65% do VET) 130,87g/523,48Kcal 58,30%	PTN (10 a 15 % do VET) 45,85g/183,4Kcal 20,42%	LDP (15 A 30 % do VET) 26,14g/235,26Kcal %	-----

Assinatura: *Cleidimar Rocha de Oliveira*
 Nutricionista: Cleidimar Rocha de Oliveira/ CRN-90216

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Rua Emílio Fernandes Bilar, 1647 – CEP. 15.570-000

e-mail: educacao@cardoso.sp.gov.br

CARDOSO – ESTADO DE SÃO PAULO

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR EMESP

MARÇO/2026

REFEIÇÃO	SEGUNDA – FEIRA 23/03	TERÇA – FEIRA 24/03	QUARTA – FEIRA 25/03	QUINTA - FEIRA 26/03	SEXTA - FEIRA 27/03
JANTAR	Arroz, feijão, carne moída refogada com batata e salada de repolho com cenoura	Arroz, estrogonofe de frango (filé de frango) e salada de alface com tomate	Arroz, feijão, pernil de porco acebolado e salada de repolho com tomate	Galinhada (coxa e sobrecoxa de frango, cenoura e milho) e salada de beterraba cozida	Macarronada com molho de carne moída e salada de repolho com cenoura ralada
Média semanal da composição nutricional	ENERGIA (kcal) 897,8Kcal	CHO (55 a 65% do VET) 130,87g/523,48Kcal 58,30%	PTN (10 a 15 % do VET) 45,85g/183,4Kcal 20,42%	LDP (15 A 30 % do VET) 26,14g/235,26Kcal 26,20%	-----

Assinatura: _____

Nutricionista: Cleidimar Rocha de Oliveira/ CRN-90216

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Rua Emílio Fernandes Bilar, 1647 – CEP. 15.570-000
e-mail: educacao@cardoso.sp.gov.br
CARDOSO – ESTADO DE SÃO PAULO

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR EMESP

MARÇO/2026

REFEIÇÃO	SEGUNDA – FEIRA 30/03	TERÇA – FEIRA 31/03	QUARTA – FEIRA 01/04	QUINTA - FEIRA 02/04	SEXTA - FEIRA 03/04
JANTAR	Arroz, feijão, carne moída refogada com batata e salada de repolho com cenoura	Arroz, estrogonofe de frango (filé de frango) e salada de alface com tomate	----	----	----
Média semanal da composição nutricional	ENERGIA (kcal) 897,8Kcal	CHO (55 a 65% do VET) 130,87g/523,48Kcal 58,30%	PTN (10 a 15 % do VET) 45,85g/183,4Kcal 20,42%	LDP (15 A 30 % do VET) 26,14g/235,26Kcal 26,20%	-----

Assinatura: *Cleidimar Rocha de Oliveira*
Nutricionista: Cleidimar Rocha de Oliveira/ CRN-90216