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

CARDÁPIO DISTRITO DE ANDES - ED. INFANTIL 2 E ENSINO FUNDAMENTAL NOVEMBRO/2026

02/11 **FERIADO NACIONAL**	**03/11** **CAFÉ DA MANHÃ:** LEITE, BOLO SIMPLES E 1 FRUTA **ALMOÇO:** ARROZ, FEIJÃO, FRANGO ASSADO COM BATATA SALADA DE PEPINO **LANCHE DA TARDE:** VITAMINA DE FRUTAS 1 FRUTA **LANCHE EXTRA:** 1 FRUTA	**04/11** **CAFÉ DA MANHÃ:** LEITE, PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO E 1 FRUTA **ALMOÇO:** ARROZ, FEIJÃO CARNE DE PANELA COM LEGUMES SALADA DE REPOLHO **LANCHE DA TARDE:** BOLO SIMPLES SUCO NATURAL **LANCHE EXTRA:** 1 FRUTA	**05/11** **CAFÉ DA MANHA:** LEITE INTEGRAL, FRUTA, PÃO COMM MARGARINA **ALMOÇO:** ARROZ, FEIJÃO PERNIL EM CUBOS ACEBOLADO ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE TOMATE **LANCHE DA TARDE:** PÃO COM OVO SUCO NATURAL 1 FRUTA **LANCHE EXTRA:** 1 FRUTA	**06/11** **CAFÉ DA MANHÃ:** LEITE, PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO E 1 FRUTA **ALMOÇO:** MACARRONADA (MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA, FAZER MOLHO IN NATURA E ACRESCENTAR BETERRABA E CENOURA) SALADA DE REPOLHO **LANCHE DA TARDE:** SALADA DE FRUTAS **LANCHE EXTRA:** 1 FRUTA
09/11 **CAFÉ DA MANHA:** LEITE INTEGRAL, FRUTA, PÃO E MARGARINA **ALMOÇO:** ARROZ, FEIJÃO CARNE EM CUBOS CENOURA REFOGADA SALADA DE PEPINO **LANCHE DA TARDE**: SUCO NATURAL , TORTA DE LEGUMES **LANCHE EXTRA:** 1 FRUTA	**10/11** **CAFÉ DA MANHA:** LEITE INTEGRAL, FRUTA, PÃO E REQUEIJÃO CASEIRO **ALMOÇO:** ARROZ, FEIJÃO, POLENTA, CARNE MOÍDA SALADA DE CHUCHU **LANCHE DA TARDE:** VITAMINA DE FRUTAS PIPOCA 1 FRUTA **LANCHE EXTRA:** 1 FRUTA	**11/11** **CAFÉ DA MANHA:** LEITE INTEGRAL, FRUTA, PÃO E MARGARINA **ALMOÇO:** ARROZ, FEIJÃO, FRANGO ASSADO CABOTIÁ REFOGADA SALADA DE REPOLHO **LANCHE DA TARDE:** SUCO NATURAL BOLO DE BANANA **LANCHE EXTRA:** 1 FRUTA	**12/11** **CAFÉ DA MANHA:** LEITE INTEGRAL, FRUTA, PÃO COMM MARGARINA **ALMOÇO:** ARROZ, FEIJÃO PERNIL EM CUBOS ACEBOLADO ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE TOMATE **LANCHE DA TARDE:** PÃO COM FATIADO SUCO NATURAL **LANCHE EXTRA:** 1 FRUTA	**13/10** **CAFÉ DA MANHA:** LEITE INTEGRAL, FRUTA, PÃO E REQUEIJÃO CASEIRO **ALMOÇO:** FEIJÃO GALINHADA SALADA DE BETERRABA **LANCHE DA TARDE:** LEITE INTEGRAL BOLO DE SIMPLES 1 FRUTA **LANCHE EXTRA:** 1 FRUTA

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: DÉBORA LETÍCIA MACHADO DE MORAIS DA SILVA CRN3: 45721

gov.br Documento assinado digitalmente
DEBORA LETICIA MACHADO DE MORAIS DA SILV
Data: 29/10/2026 12:36:07-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

16/11	17/11	18/11	19/11	20/11
CAFÉ DA MANHÃ: LEITE, PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO E 1 FRUTA **ALMOÇO:** ARROZ, FEIJÃO FRANGO EM MOLHO COM BATATA SALADA DE ALFACE E TOMATE **LANCHE DA TARDE:** BOLO DE BANANA VITAMINA DE ABACATE **LANCHE EXTRA:** 1 FRUTA	**CAFÉ DA MANHÃ:** LEITE, BOLO SIMPLES E 1 FRUTA **ALMOÇO:** ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COM BATATA SALADA DE PEPINO **LANCHE DA TARDE:** PIPOCA SUCO NATURAL **LANCHE EXTRA:** 1 FRUTA	**CAFÉ DA MANHÃ:** LEITE, PÃO COM MARGARINA E 1 FRUTA **ALMOÇO:** ARROZ, FEIJÃO PERNIL ASSADO ABOCBRINHA REFOGADA SALADA DE BETERRABA **LANCHE DA TARDE:** SALAD ADE FRUTAS **LANCHE EXTRA:** 1 FRUTA	**CAFÉ DA MANHÃ:** LEITE, PÃO COM MARGARINA E 1 FRUTA **ALMOÇO:** GALINHADA FEIJÃO SALADA DE CHUCHU **LANCHE DA TARDE:** PÃO COM CARNE MOÍDA SUCO NATURAL **LANCHE EXTRA:** 1 FRUTA	**FERIADO ESTADUAL**
23/11 **CAFÉ DA MANHÃ:** LEITE, PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO E 1 FRUTA **ALMOÇO:** ARROZ, FEIJÃO, FRANGO ACEBOLADO, CENOURA REFOGADA E SALADA DE REPOLHO **LANCHE DA TARDE:** BOLO SIMPLES VITAMINA DE FRUTAS **LANCHE EXTRA:** 1 FRUTA	**24/11** **CAFÉ DA MANHÃ:** LEITE, PÃO COM MARGARINA E 1 FRUTA **ALMOÇO:** ARROZ, FEIJÃO, PERNIL DE PANELA, CABOTIÁ REFOGADA E SALADA DE CHUCHU **LANCHE DA TARDE:** TORTA DE LEGUMES SUCO NATURAL **LANCHE EXTRA:** 1 FRUTA	**25/11** **CAFÉ DA MANHÃ:** LEITE, PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO E 1 FRUTA **ALMOÇO:** ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COM LEGUMES SALADA DE TOMATE **LANCHE DA TARDE:** SALADA DE FRUTAS **LANCHE EXTRA:** 1 FRUTA	**26/11** **CAFÉ DA MANHÃ:** LEITE, BOLO SIMPLES E 1 FRUTA **ALMOÇO:** ARROZ, FEIJÃO, PEIXE ASSADO COM BATATA SALADA DE BETERRABA **LANCHE DA TARDE:** PÃO COM FRANGO CREMOSO SUCO NATURAL **LANCHE EXTRA:** 1 FRUTA	**27/11** **CAFÉ DA MANHÃ:** LEITE, PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO E 1 FRUTA **ALMOÇO:** MACARRONADA (MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA, FAZER MOLHO IN NATURA) SALADA DE PEPINO **LANCHE DA TARDE:** SUCO NATURAL OMELETE COLORIDO **LANCHE EXTRA:** 1 FRUTA

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: DÉBORA LETÍCIA MACHADO DE MORAIS DA SILVA CRN3: 45721

gov.br Documento assinado digitalmente
DEBORA LETICIA MACHADO DE MORAIS DA SILV
Data: 29/10/2026 12:36:07-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

30/11 **CAFÉ DA MANHÃ:** LEITE, PÃO COM MARGARINA E 1 FRUTA **ALMOÇO:** ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COM LEGUMES SALADA DE REPOLHO **LANCHE DA TARDE:** PIPOCA SUCO DE FRUTAS **LANCHE EXTRA:** 1 FRUTA				

SUGETÕES DE LANCHES DA TARDE PARA ESCOLAS INTEGRAIS:

- BOLOS SIMPLES
- ARROZ DOCE
- VITAMINA DE FRUTAS
- CANJICA
- SALADA DE FRUTA
- PIZZA DE LIQUIDIFICADOR/ TORTAS SALGADAS
- ROSCAR SIMPLES
- QUIBE DE FORNO (DE LEGUMES OU CARNE)
- GELATINA COLORIDA
- PIPOCA

TODAS AS RECEITAS CITADAS ESTÃO EM NOSSO LIVRO DE RECITAS, CASO SEJA NECESSÁRIO PODE SER SOLICITADO A NUTRICIONISTA.

PORCIONAMENTO POR FAIXA ETÁRIA INTEGRAL/PARCIAL

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: DÉBORA LETÍCIA MACHADO DE MORAIS DA SILVA CRN3: 45721

gov.br
Documento assinado digitalmente
DEBORA LETICIA MACHADO DE MORAIS DA SILV
Data: 29/10/2026 12:36:07-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

Faixa etária: 11 a 15 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 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

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: DÉBORA LETÍCIA MACHADO DE MORAIS DA SILVA CRN3: 45721

Documento assinado digitalmente
gov.br
DEBORA LETICIA MACHADO DE MORAIS DA SILV
Data: 29/10/2026 12:36:07-0300
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 Cutral e Juniors nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDIO		FIBRA	VITA	VITC	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: DÉBORA LETÍCIA MACHADO DE MORAIS DA SILVA CRN3: 45721

Documento assinado digitalmente
gov.br DEBORA LETICIA MACHADO DE MORAIS DA SILV
Data: 29/10/2026 12:36:07-0300
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 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 ou1 porções*
	200 ml de suco de laranja
	1 Bolinho

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: DÉBORA LETÍCIA MACHADO DE MORAIS DA SILVA CRN3: 45721

gov.br Documento assinado digitalmente
DEBORA LETICIA MACHADO DE MORAIS DA SILV
Data: 29/10/2026 12:36:07-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDIO		FIBRA	VITA	VITC	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 LeiteIntegral UHT ou LeiteIntegral UHT SemLactose
	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 1fatia de Queijo
LANCHE DA MANHÃ	1/2 fruta ou 1/2 porção*
	100 gramas de Arroz

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: DÉBORA LETÍCIA MACHADO DE MORAIS DA SILVA CRN3: 45721

gov.br Documento assinado digitalmente
DEBORA LETICIA MACHADO DE MORAIS DA SILV
Data: 29/10/2026 12:36:07-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

	70 gramas de Feijão

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: DÉBORA LETÍCIA MACHADO DE MORAIS DA SILVA CRN3: 45721

gov.br
Documento assinado digitalmente
DEBORA LETICIA MACHADO DE MORAIS DA SILV
Data: 29/10/2026 12:36:07-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

ALMOÇO	100 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

CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDIO		FIBRA	VITA	VITC	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

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: DÉBORA LETÍCIA MACHADO DE MORAIS DA SILVA CRN3: 45721

gov.br Documento assinado digitalmente
DEBORA LETICIA MACHADO DE MORAIS DA SILV
Data: 29/10/2026 12:36:07-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

Porcionamento e valores nutricionais Faixa etária: 4 a 5 anos Integral

	Quantidade	Preparação
Café da manhã	120 ml	Leite Integral
	1 unidade	Pão francês
	1 colher de sopa rasa (15 g)	Requeijão caseiro
Almoço	2,5 colheres de sopa (75 g)	Arroz Polido
	2 conchas pequenas (40 g)	Feijão
	2 colheres de sopa (50 g)	Carne moída refogada
	2,5 colheres de sopa (80 g)	Batata
	4 col. de sopa (80 g)	Beterraba
Lanche da tarde	120 ml	Vitamina de Banana
	1 fatia pequena (80 g)	Fruta(Mamão)
	1 fatias pequena (30g)	Bolo simples limão
Jantar	2,5 colheres de sopa (75 g)	Arroz Polido
	2 conchas pequenas (40 g)	Feijão
	3 colheres de sopa (50 g)	Frango
	1 colher de sopa (30 g)	Cenoura
	1 colher de sopa (17 g)	Pepino

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: DÉBORA LETÍCIA MACHADO DE MORAIS DA SILVA CRN3: 45721

Documento assinado digitalmente
gov.br
DEBORA LETICIA MACHADO DE MORAIS DA SILV
Data: 29/10/2026 12:36:07-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

ENERGIA Kcal	PROTEÍNA g	LÍPIDIO g	CARBOIDRATOS g	CÁLCIO mg	FERRO mg	VITAMINA A µg	VITAMINA C mg
713	26	19	144	450	8	124	71

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: DÉBORA LETÍCIA MACHADO DE MORAIS DA SILVA CRN3: 45721

gov.br
Documento assinado digitalmente
DEBORA LETICIA MACHADO DE MORAIS DA SILV
Data: 29/10/2026 12:36:07-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br