



# PREFEITURA MUNICIPAL DE TABAPUÃ

Estado de São Paulo

CNPJ. 45.128.816/0001-33

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO/SETOR DE NUTRIÇÃO

| CARDÁPIO – OUTUBRO 2026                    |                                                                                                                  |                                                                              |                                                                    |                    |                   |
|--------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|--------------------|-------------------|
| E.E. CAPITÃO HORACIO ANTONIO DO NASCIMENTO |                                                                                                                  |                                                                              |                                                                    |                    |                   |
|                                            | SEGUNDA-FEIRA 12/10                                                                                              | TERÇA-FEIRA 13/10                                                            | QUARTA-FEIRA 14/10                                                 | QUINTA-FEIRA 15/10 | SEXTA-FEIRA 16/10 |
| Café da manhã<br>9:00 -9:30hrs             |                                                                                                                  | Pão doce<br>Refresco                                                         | Pão com manteiga<br>prontinho (composto<br>lácteo sabor chocolate) |                    |                   |
| Almoço<br>11hrs                            | FERIADO                                                                                                          | Carne moída (acém<br>moído)<br>Arroz branco<br>Feijão (carioca)<br>Vinagrete | Calabresa com batata<br>Arroz branco<br>Feijão (carioca)<br>Farofa | Dia do professor   | Ponto facultativo |
|                                            | TARDE                                                                                                            | TARDE                                                                        | TARDE                                                              | TARDE              | TARDE             |
| Lanche<br>14hrs                            |                                                                                                                  | Bolacha cream cracker<br>Refresco                                            | Bolacha tipo rosquinha<br>Refresco                                 |                    |                   |
| Informação<br>Nutricional                  | Energia (Kcal) CHO(g) PTN(g) LIP(g) FIBRAS(mg) VIT A (mcg) VIT C (mg) CALCIO (mg) FERRO (mg)MAG (mg ) ZINCO (mg) |                                                                              |                                                                    |                    |                   |
|                                            | 797 85 40 33 650 420 32,8 65 30,1 3.5 5,8                                                                        |                                                                              |                                                                    |                    |                   |

Observação: O cardápio só poderá sofrer alteração com autorização prévia e por escrito do nutricionista responsável

Mariangela Albuquerque

Nutricionista –CRN 63811

Vattuzi Cristina Euzebio

Nutricionista – CRN 47466