

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Rua João Kuhl Filho, s/nº, Vila São João.

Telefone: 3404-1846

E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: EMEI/EWEIEF

Mês: Agosto

DESEJUM	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	05/08	06/08	07/08	08/08	09/08
	Composto Lácteo sabor Chocolate e Biscoito Salgado	Composto Lácteo sabor Morango e Pão com Requeijão	Composto Lácteo sabor Baunilha e Pão com Margarina	Composto Lácteo sabor Chocolate e Pão com Requeijão	Composto Lácteo sabor Morango e Biscoito Tipo Leite
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Omelete de Forno (com Cebola, Cenoura Ralada e Tomate)	Arroz/Feijão/ Almonds Assada ao Molho/ Salada de Chuchu	Arroz/Feijão/ Carne Bovina em Flocos Refogada/Pudim	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa de Frango Assada/ Salada de Repolho	Macarrão a Bolonhesa (Carne Bovina Moída Assada)/ Salada de Acelga Mamião
CALORIAS (kcal)	482	644	676	701	450
CARBOIDRATO (G)	72	88	81	102	65
PROTEÍNA (G)	19	24	27	28	22
LIPÍDIOS (G)	13	21	26	21	11
VITAMINA A (Ug)	117	78	79	80	79
VITAMINA C (Mg)	18	14	16	29	79
FERRO (Mg)	5	6	6	6	4
MAGNÉSIO (Mg)	79	84	83	103	42
ZINCO (Mg)	3	5	6	5	4
CÁLCIO (Mg)	161	165	161	165	138
FIBRAS (G)	7	7	7	8	4

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

Cintia Cristiane da Silva

Nutricionista da Divisão de Alimentação

e Educação Escolar

3

Cardápio: EMEI/EMEIEF

Mês: Agosto

	SEGUNDA-FEIRA 12/08	TERÇA-FEIRA 13/08	QUARTA-FEIRA 14/08	QUINTA-FEIRA 15/08	SEXTA-FEIRA 16/08
DESJEJUM	Composto Lácteo sabor Baunilha e Biscoito Tipo Maisena	Composto Lácteo sabor Chocolate e Pão com Requeijão	Composto Lácteo sabor Morango e Biscoito Rosca	Composto Lácteo sabor Baunilha e Pão com Margarina	Composto Lácteo sabor Chocolate e Biscoito Salgado
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Peito de Frango Refogado/ Salada de Cenoura	Arroz/Feijão/ Torta Madalena (Carne Bovina Moída Assada)	Arroz/Feijão/ Moqueca de Peixe (com Mandioca, Tomate e Cebola)/ Banana	Arroz Integral /Feijão/ Carne Bovina em Cubos Refogada	Macarrão ao Sugo/ Sobrecoxa Assada/ Salada de Beterraba/ Maçã
CALORIAS (kcal)	475	690	513	686	474
CARBOIDRATO (g)	71	101	99	81	67
PROTEÍNA (g)	25	32	13	27	20
LÍPIDIOS (g)	10	18	8	28	15
VITAMINA A (Ug)	79	79	78	79	80
VITAMINA C (Mg)	14	12	22	13	15
FERRO (Mg)	5	6	5	6	4
MAGNÉSIO (Mg)	88	87	101	108	30
ZINCO (Mg)	3	6	2	5	3
CÁLCIO (Mg)	147	157	142	165	115
FIBRAS (g)	7	7	8	8	4

OBS: Cardápio sujeito a alterações.



DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Rua João Kuhl Filho, s/nº, Vila São João.

Telefone: 3404-1846

E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: EMEI/EMEIEF

Mês: Agosto

ALMOÇO	SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
	19/08	20/08	21/08	22/08	23/08	24/08	25/08	26/08	27/08	
Composto Lácteo sabor Morango e Biscoito Sequilho	Composto Lácteo sabor Baunilha e Pão com Requeijão	Composto Lácteo sabor Chocolate e Pão com Margarina	Composto Lácteo sabor Morango e Pão com Requeijão	Composto Lácteo sabor Baunilha e Biscoito Tipo Leite	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa Refogada/ Salada de Chuchu	Arroz/Feijão/ Carne Bovina em Cubos Refogada com Batata	Macarrão ao Sugo/ Nuggets de Frango Assado/ Salada de Alface/ Banana	Arroz/Feijão/ Fígado Acebolado/ Salada de Pepino/ Mamão	Arroz/Feijão/ Peito de Frango Refogado/ Salada de Beterraba	
CALORIAS (kcal)	493	634	696	649	480					
CARBOIDRATO (G)	68	86	87	92	72					
PROTEÍNA (G)	23	30	17	30	25					
LÍPIDIOS (G)	15	18	60	18	10					
VITAMINA A (Ug)	80	79	78	4840	79					
VITAMINA C (Mg)	24	21	21	76	14					
FERRO (Mg)	5	6	4	9	5					
MAGNÉSIO (Mg)	79	85	48	91	92					
ZINCO (Mg)	3	5	3	5	3					
CÁLCIO (Mg)	141	151	136	173	145					
FIBRAS (G)	6	7	5	8	7					

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRM - 34370



DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Rua João Kuhl Filho, s/nº, Vila São João.

Telefone: 3404-1846

E-mail: educacao.nutricionista@edu.lavras.sp.gov.br

Cardápio: EMEI/EMEIF

Mês: Agosto

DESEJUM	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	26/08	27/08	28/08	29/08	30/08
	Composto Lácteo sabor Chocolate e Biscoito Tipo Maisena	Composto Lácteo sabor Morango e Pão com Margarina	Composto Lácteo sabor Baunilha e Biscoito Rosca	Composto Lácteo sabor Chocolate e Pão com Requeijão	Composto Lácteo sabor Morango e Biscoito Salgado
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Peito de Frango Refogado/ Salada de Cenoura	Arroz/Feijão/ Carne Bovina Moída Assada Refogada/ Salada de Chuchu	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa Refogada/ Salada de Beterraba/	Macarrão ao Sugo/ Carne Bovina em Flocos Refogada/ Banana	Cachorro-Quente/ Composto Lácteo sabor Baunilha/ Magã
CALORIAS (kcal)	475	677	569	604	570
CARBOIDRATO (G)	71	82	89	82	87
PROTEÍNA (G)	25	27	23	27	17
LIPÍDIOS (G)	10	26	14	19	18
VITAMINA A (Ug)	79	79	80	79	156
VITAMINA C (Mg)	14	14	19	20	19
FERRO (Mg)	5	6	5	5	6
MAGNÉSIO (Mg)	88	82	103	34	28
ZINCO (Mg)	3	6	3	4	3
CÁLCIO (Mg)	147	153	155	144	219
FIBRAS (G)	7	7	8	4	4

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

Cintia Crispine da Silva

Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar. Cria. 34140