

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Rua João Kuhl Filho, s/n, Vila São João

Telefones: 3404-1846

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

Cardápio: 4 a 5 meses

Mês: Março 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	05/03	06/03	07/03	08/03	09/03
DEJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Suco de limão	Suco de abacaxi	Suco de maracujá	Suco de laranja	Suco de melancia
ALMOÇO	Papa de arroz/feijão/ sobrecoca/abóbora/ vagem	Papa de fubá/carne/ couve/tomate	Papa de macarrão/feijão/ frango/brócolis/ mandioca	Papa de arroz/feijão/ carne/batata/ couve-flor	Papa de macarrão/feijão/ frango/ mandioquinha/abóbora
LANCHE	Suco de laranja	Suco de melancia	Suco de limão	Suco de abacaxi	Suco de maracujá
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
JANTAR	Papa de maça	Papa de aveia	Papa de banana	Papa de mamão	Papa de maça
CALORIAS	506	503	448	385	416
CARBOIDRATO	59	57	61	46	55
PROTEÍNA	14	14	13	12	13
LIPÍDIOS	24	24	18	17	17
VITAMINA A	410	409	273	273	273
VITAMINA C	92	91	71	88	57
FERRO	5	5	4	4	3
MAGNÉSIO	58	54	61	50	48
ZINCO	5	5	4	4	3
CÁLCIO	301	300	215	214	201

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Rua João Kuhl Filho, s/n, Vila São João

Telefones: 3404-1846

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

Cardápio: 4 a 5 meses

Mês: Março 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	12/03	13/03	14/03	15/03	16/03
DESJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Suco de limão	Suco de maracujá	Suco de abacaxi	Suco de melancia	Suco de laranja
ALMOÇO	Papa de macarrão/feijão/frango/chuchu/ brócolis	Papa de arroz/feijão/carne/vagem/mandioquinha	Papa de creme de batata/sobrecoxa/espinafre/tomate	Papa de fubá/carne/couve/vagem	Papa de arroz/feijão/frango/batata/cenoura
LANCHE	Suco de melancia	Suco de abacaxi	Suco de laranja	Suco de maracujá	Suco de limão
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
JANTAR	Papa de maça	Papa de maisena	Papa de banana	Papa de mamão	Papa de maça
CALORIAS	409	505	366	359	410
CARBOIDRATO	54	58	45	42	55
PROTEÍNA	13	13	11	11	12
LIPÍDIOS	16	24	16	16	16
VITAMINA A	273	410	273	273	273
VITAMINA C	60	87	73	75	79
FERRO	3	4	3	3	3
MAGNÉSIO	48	53	43	44	59
ZINCO	3	5	3	3	3
CÁLCIO	210	292	204	205	211

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Rua João Kuhl Filho, s/n, Vila São João

Telefones: 3404-1846

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

Cardápio: 4 a 5 meses

Mês: Março 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	19/03	20/03	21/03	22/03	23/03
DESJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Suco de laranja	Suco de melancia	Suco de melão	Suco de limão	Suco de maracujá
ALMOÇO	Papa de arroz/feijão/ carne/berinjela/ chuchu	Papa de fubá/carne/couve/ tomate	Papa de macarrão/feijão/ sobrecoxa/couve- flor/mandioca	Papa de arroz/feijão/ Fígado/chuchu/ mandioquinha	Papa de macarrão/feijão/ frango/abobrinha/ vagem
LANCHE	Suco de melão	Suco de limão	Suco de maracujá	Suco de abacaxi	Suco de laranja
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
JANTAR	Papa de aveia	Papa de maçã	Papa de banana	Papa de mamão	Papa de maçã
CALORIAS	511	496	419	378	404
CARBOIDRATO	59	56	56	46	57
PROTEÍNA	15	14	13	12	13
LÍPIDIOS	24	24	17	17	15
VITAMINA A	409	409	273	1860	273
VITAMINA C	91	88	59	79	76
FERRO	5	5	3	4	3
MAGNÉSIO	59	49	50	47	52
ZINCO	5	5	3	4	3
CÁLCIO	300	300	201	211	204

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Rua João Kuhl Filho, s/n, Vila São João

Telefones: 3404-1846

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

Cardápio: 4 a 5 meses

Mês: Março 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	26/03	27/03	28/03	29/03	30/03
DEJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	FERIADO
LANCHE	Suco de limão	Suco de abacaxi	Suco de maracujá	Suco de laranja	
ALMOÇO	Papa de macarrão/feijão/sobrecoxa/abóbora/batata	Papa de arroz/feijão/carne/chuchu/berinjela	Papa de creme de batata/carne/espinafre/tomate	Papa de arroz/feijão/carne/batata/chuchu	
LANCHE	Suco de laranja	Suco de maracujá	Suco de limão	Suco de melancia	
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	
JANTAR	Papa de Maça	Papa de Maisena	Papa de banana	Papa de aveia	
CALORIAS	400	514	369	511	
CARBOIDRATO	52	59	44	59	
PROTEÍNA	12	15	11	15	
LÍPIDIOS	16	24	18	24	
VITAMINA A	273	409	273	409	
VITAMINA C	70	87	61	91	
FERRO	3	5	3	5	
MAGNÉSIO	38	60	40	59	
ZINCO	3	5	3	5	
CÁLCIO	203	299	204	300	

OBS: Cardápio sujeito a alterações.