



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: 07 A 11 MESES - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: MARÇO 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 07/03/2022	TERÇA 08/03/2022	QUARTA 09/03/2022	QUINTA 10/03/2022	SEXTA 11/03/2022
LANCHE Manhã: 08:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil

ALMOCO Manhã: 10:00	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
	Arroz	Macarrão	Arroz	Macarrão	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Ovo Cozido	Peito de Frango	Carne Bovina	Filé de Sobrecoxa	Carne Bovina
	Abobrinha	Tomate	Cenoura	Couve Manteiga	Brócolis
Repolho	Chuchu	Espinafre	Tomate	Mandioquinha	

LANCHE Tarde: 12:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
------------------------	------------------	------------------	------------------	------------------	------------------

LANCHE Tarde: 13:30	Maçã	Pera	Banana	Mamão	Banana
------------------------	------	------	--------	-------	--------

JANTAR Tarde: 15:00	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
	Arroz	Arroz	Macarrão	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Filé de Sobrecoxa	Carne Bovina	Peito de Frango	Fígado Bovino	Filé de Sobrecoxa
	Beterraba	Couve Flor	Mandioquinha	Escarola	Vagem
Cenoura	Batata Doce	Tomate	Batata	Cenoura	

Energia (kcal)	481	462	441	468	510
CHO (g)	80	70	66	77	87
PTN (g)	15	19	18	16	16
LPD (g)	12	12	12	11	11
Vit. A (mcg)	558	400	486	2043	492
Vit. C (mg)	44	50	50	102	51
Ca (mg)	278	258	269	291	276
Fe (mg)	5	5	5	6	5

Composição Nutricional (Média Semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	55 a 65% do VET	10 a 15% do VET	25 a 35% do VET
472	76	17	12
	64%	14%	22%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
796	59	274	5


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Os alimentos das papinhas devem ser amassados ou raspados; Todos os alimentos devem ser bem cozidos; Para esfriar a papinha deve se mexer com a colher, nunca soprar, começar a servir pelas bordas, pois esfriam antes; Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: 07 A 11 MESES - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: MARÇO 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	14/03/2022	15/03/2022	16/03/2022	17/03/2022	18/03/2022
LANCHE Manhã: 08:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil

ALMOCO Manhã: 10:00	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
	Arroz	Macarrão	Arroz	Macarrão	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Peito de Frango	Carne Bovina	Filé de Sobrecoxa	Carne Bovina	Peito de Frango
	Abóbora	Cenoura	Couve Manteiga	Brócolis	Chuchu
Vagem	Tomate	Mandioca	Tomate	Beterraba	


LANCHE Tarde: 12:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
------------------------	------------------	------------------	------------------	------------------	------------------

LANCHE Tarde: 13:30	Maçã	Pera	Banana	Mamão	Banana
------------------------	------	------	--------	-------	--------

JANTAR Tarde: 15:00	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
	Arroz	Arroz	Macarrão	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Carne Bovina	Filé de Sobrecoxa	Fígado Bovino	Peito de Frango	Carne Bovina
	Batata Doce	Espinafre	Tomate	Mandioca	Mandioquinha
Abobrinha	Batata	Abóbora	Escarola	Couve Flor	

Energia (kcal)	462	483	511	461	481
CHO (g)	71	80	89	69	76
PTN (g)	18	16	16	20	19
LPD (g)	12	11	11	12	12
Vit. A (mcg)	563	462	2091	419	254
Vit. C (mg)	39	45	69	87	53
Ca (mg)	258	272	275	285	256
Fe (mg)	5	5	6	5	5

Composição nutricional (Média semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	55 a 65% do VET	10 a 15% do VET	25 a 35% do VET
479	77	18	11
	64%	15%	21%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
758	58	269	5


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRN - 34140

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Os alimentos das papinhas devem ser amassados ou raspados; Todos os alimentos devem ser bem cozidos; Para esfriar a papinha deve se mexer com a colher, nunca soprar, começar a servir pelas bordas, pois esfriam antes; Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: 07 A 11 MESES - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: MARÇO 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 21/03/2022	TERÇA 22/03/2022	QUARTA 23/03/2022	QUINTA 24/03/2022	SEXTA 25/03/2022
LANCHE Manhã: 08:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil

ALMOCO Manhã: 10:00	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
	Arroz	Macarrão	Arroz	Macarrão	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Carne Bovina	Peito de Frango	Fígado Bovino	Filé de Sobrecoxa	Carne Bovina
	Chuchu	Tomate	Vagem	Tomate	Abóbora
Cenoura	Beterraba	Mandioquinha	Abobrinha	Espinafre	

LANCHE Tarde: 12:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
------------------------	------------------	------------------	------------------	------------------	------------------

LANCHE Tarde: 13:30	Maçã	Pera	Banana	Mamão	Banana
------------------------	------	------	--------	-------	--------

JANTAR Tarde: 15:00	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
	Arroz	Arroz	Macarrão	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Filé de Sobrecoxa	Carne Bovina	Peito de Frango	Carne Bovina	Filé de Sobrecoxa
	Couve Manteiga	Abobrinha	Tomate	Couve Flor	Mandioquinha
Abóbora	Batata Doce	Brócolis	Cenoura	Escarola	

Energia (kcal)	475	470	435	470	504
CHO (g)	78	72	66	76	86
PTN (g)	16	19	19	16	16
LPD (g)	11	12	11	11	11
Vit. A (mcg)	621	471	1959	519	448
Vit. C (mg)	56	44	56	87	45
Ca (mg)	277	259	271	267	276
Fe (mg)	5	5	6	5	5

Composição nutricional (Média semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 25 a 35% do VET
471	76	17	11
	64%	14%	22%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
804	58	270	5


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRN - 34140

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Os alimentos das papinhas devem ser amassados ou raspados; Todos os alimentos devem ser bem cozidos; Para esfriar a papinha deve se mexer com a colher, nunca soprar, começar a servir pelas bordas, pois esfriam antes; Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: 07 A 11 MESES - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: MARÇO/ABRIL 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 28/03/2022	TERÇA 29/03/2022	QUARTA 30/03/2022	QUINTA 31/03/2022	SEXTA 01/04/2022
LANCHE Manhã: 08:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil

ALMOCO Manhã: 10:00	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
	Arroz	Macarrão	Arroz	Macarrão	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Carne Bovina	Filé de Sobrecoxa	Ovo Cozido	Peito de Frango	Filé de Sobrecoxa
	Batata	Brócolis	Mandioca	Mandiocinha	Cenoura
Cenoura	Tomate	Couve Flor	Tomate	Vagem	

LANCHE Tarde: 12:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
------------------------	------------------	------------------	------------------	------------------	------------------

LANCHE Tarde: 13:30	Maçã	Pera	Banana	Mamão	Banana
------------------------	------	------	--------	-------	--------

JANTAR Tarde: 15:00	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
	Arroz	Arroz	Macarrão	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Filé de Sobrecoxa	Carne Bovina	Peito de Frango	Carne Bovina	Fígado Bovino
	Batata Doce	Espinafre	Tomate	Batata	Abobrinha
Chuchu	Abobrinha	Abóbora	Couve Manteiga	Batata Doce	

Energia (kcal)	498	474	490	461	509
CHO (g)	85	78	77	69	89
PTN (g)	15	16	19	20	16
LPD (g)	11	11	12	12	10
Vit. A (mcg)	526	470	403	431	2202
Vit. C (mg)	44	48	58	102	49
Ca (mg)	251	287	265	286	263
Fe (mg)	5	5	5	5	6

Composição nutricional (Média semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 25 a 35% do VET
487	80	17	11
	65%	14%	21%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
806	60	271	5

Cibele Aparecida da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRN - 34118

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Os alimentos das papinhas devem ser amassados ou raspados; Todos os alimentos devem ser bem cozidos; Para esfriar a papinha deve se mexer com a colher, nunca soprar, começar a servir pelas bordas, pois esfriam antes; Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.