

## DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

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

Telefones: 3404-1846

E-mail: [educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br](mailto:educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br)

### Cardápio: 6 meses a 1 ano

#### Mês: Novembro 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJEJUM	05/11 Leite	06/11 Leite	07/11 Leite	08/11 Leite	09/11 Leite
LANCHE	Suco de Melancia	Suco de Abacaxi	Suco de Maracujá	Suco de Limão	Suco de Melancia
ALMOÇO	Sopa de Arroz/Feijão/ Figado/Chuchu/ Mandioquinha	Sopa de Macarrão/Feijão/ Sobrecoxa/Couve/ Abóbora	Sopa de Macarrão/Feijão/ Frango/Cenoura/Chuchu	Sopa de Arroz/Feijão/ Carne/Batata/ Vagem	Sopa De Fubá/Carne/Couve/ Vagem
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Mingau de Maisena	Mingau de Aveia	Banana	Maçã	Mamão
JANTAR	Sopa de Fubá/Frango/ Couve/Cenoura	Sopa de Arroz/Feijão/Carne/ Vagem/Batata	Sopa creme de Batata/Feijão/Carne/ Espinafre/Tomate	Sopa de Fubá/Sobrecoxa/ Couve/Cenoura	Sopa De Arroz/Feijão/ Frango/Mandioquinha/ Abóbora
CALORIAS (kcal)	445	447	464	414	452
CARBOIDRATO (G)	60	55	59	47	60
PROTEÍNA (G)	19	18	19	18	19
LÍPIDIOS (G)	15	17	17	17	16
VITAMINA A (Ug)	1848	261	261	261	261
VITAMINA C (Mg)	60	53	62	61	64
FERRO (Mg)	6	5	5	5	5
MAGNÉSIO (Mg)	69	59	73	59	72
ZINCO (Mg)	4	4	4	4	4
CÁLCIO (Mg)	322	322	325	324	327
FIBRAS (G)	2	1	3	2	2

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

**DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**  
Rua João Kuhl Filho, s/nº, Vila São João.  
Telefones: 3404-1846  
E-mail: [educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br](mailto:educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br)

**Cardápio: 6 meses a 1 ano**  
**Mês: Novembro 2018**

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	12/11	13/11	14/11	15/11	16/11
<b>DESJEJUM</b>	Leite	Leite	Leite	Leite	
<b>LANCHE</b>	Suco de Limão	Suco de Maracujá	Suco de Abacaxi		
<b>ALMOÇO</b>	Sopa De Macarrão/Feijão/ Frango/Chuchu/ Cenoura	Sopa De Arroz/Feijão/Fígado/ Vagem/Mandiocaquinha	Sopa Creme De Batata/Sobrecoxa/ Espinafre/Tomate		<b>FERIADO</b>  <b>PONTO</b> <b>FACULTATIVO</b>
<b>LANCHE</b>	Leite	Leite	Leite		
<b>LANCHE</b>	Mingau de Maisena	Mingau de Aveia	Maça		
<b>JANTAR</b>	Sopa De Arroz/Feijão/Carne/ Batata/Espinafre	Sopa De Fubá/Carne/Couve/ Cenoura	Sopa De Macarrão/Feijão/ Carne/Abobrinha/ Batata		
<b>CALORIAS (kcal)</b>	451	418	439		
<b>CARBOIDRATO (G)</b>	58	49	53		
<b>PROTEÍNA (G)</b>	20	19	18		
<b>LIPÍDIOS (G)</b>	16	16	17		
<b>VITAMINA A (Ug)</b>	261	261	261		
<b>VITAMINA C (Mg)</b>	49	39	44		
<b>FERRO (Mg)</b>	5	5	5		
<b>MAGNÉSIO (Mg)</b>	60	58	57		
<b>ZINCO (Mg)</b>	4	4	4		
<b>CÁLCIO (Mg)</b>	323	319	318		
<b>FIBRAS (G)</b>	3	1	1		

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

**Cardápio: 6 meses a 1 ano**  
**Mês: Novembro 2018**

	SEGUNDA-FEIRA 19/11	TERÇA-FEIRA 20/11	QUARTA-FEIRA 21/11	QUINTA-FEIRA 22/11	SEXTA-FEIRA 23/11
<b>DESJEJUM</b>	<p style="text-align: center;"><b>PONTO FACULTATIVO</b></p> <p style="text-align: center;"><b>FERIADO</b></p>				
<b>LANCHE</b>					
<b>ALMOÇO</b>					
<b>LANCHE</b>					
<b>LANCHE</b>					
<b>JANTAR</b>					
<b>CALORIAS (kcal)</b>					
<b>CARBOIDRATO (G)</b>					
<b>PROTEÍNA (G)</b>					
<b>LIPÍDIOS (G)</b>					
<b>VITAMINA A (Ug)</b>					
<b>VITAMINA C (Mg)</b>					
<b>FERRO (Mg)</b>					
<b>MAGNÉSIO (Mg)</b>					
<b>ZINCO (Mg)</b>					
<b>CÁLCIO (Mg)</b>					
<b>FTBRAS (G)</b>					
	Suco de Melancia Leite	Suco de Limão Leite	Suco de Melancia Leite	Suco de Limão Leite	Suco de Maracujá Leite
	Sopa De Macarrão/Feijão/ Sobrecoxa/Cenoura/ Batata	Sopa De Arroz/Feijão/ Fígado/Chuchu/ Mandiocquinha	Sopa De Macarrão/Feijão/ Sobrecoxa/Abobrinha/ Vagem	Sopa De Arroz/Feijão/ Fubá/Frango/ Couve/Cenoura	Sopa De Macarrão/Feijão/ Carne/ Espinafre/Mandiocquinha
	Mingau de Aveia Leite	Mamão Leite	Sopa De Fubá/Frango/ Couve/Cenoura	Sopa De Arroz/Feijão/ Carne/ Espinafre/Mandiocquinha	Sopa De Pera Leite
	447	445	445	424	424
	55	60	60	50	50
	18	19	19	20	20
	17	15	15	16	16
	261	1848	1848	261	261
	53	60	60	39	39
	5	6	6	5	5
	59	69	69	61	61
	4	4	4	4	4
	322	322	322	321	321
	1	2	2	1	1

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

**DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**  
Rua João Kuhl Filho, s/nº, Vila São João.  
Telefones: 3404-1846

E-mail: [educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br](mailto:educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br)

**Cardápio: 6 meses a 1 ano**  
**Mês: Novembro 2018**

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJESTUM	26/11 Leite	27/11 Leite	28/11 Leite	29/11 Leite	30/11 Leite
LANCHE	Suco de Limão	Suco de Maracujá	Suco de Abacaxi	Suco de Melancia	Suco de Maracujá
ALMOÇO	Sopa De Macarrão/Feijão/ Sobrecoxa/Abóbora/ Batata	Sopa De Arroz/Feijão/Carne/ Chuchu/Batata	Sopa Creme De Batata/Carne/ Espinafre/Tomate	Sopa De Arroz/Feijão/ Frango/Batata/ Chuchu	Sopa De Arroz/Feijão/Carne/ Espinafre/Mandiocquinha
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Mingau de Maisena	Mingau de Aveia	Banana	Mamão	Maça
JANTAR	Sopa De Arroz/Feijão/Carne/ Abobrinha/ Mandiocquinha	Sopa De Fubá/Frango/Couve/ Vagem	Sopa De Macarrão/Feijão/ Sobrecoxa/Couve/ Abóbora	Sopa De Macarrão/Feijão/ Carne/Mandiocquinha/ Cenoura	Sopa De Macarrão/Feijão/ Frango/Chuchu/Batata
CALORIAS (kcal)	463	527	414	553	445
CARBOIDRATO (G)	59	61	48	66	57
PROTEÍNA (G)	19	23	18	24	20
LÍPIDIOS (G)	17	22	17	22	16
VITAMINA A (Ug)	261	391	261	391	261
VITAMINA C (Mg)	47	62	44	66	43
FERRO (Mg)	5	7	5	7	5
MAGNÉSIO (Mg)	57	72	58	74	59
ZINCO (Mg)	4	6	4	6	4
CÁLCIO (Mg)	318	466	320	478	324
FIBRAS (G)	3	2	1	1	1

OBS: Cardápio sujeito a alterações.