

Cardápio: 6 meses a 1 ano - Mês: Julho - 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJESTUM	02/07 Leite	03/07 Leite	04/07 Leite	05/07 Leite	06/07 Leite
LANCHE	Suco de Limão	Suco de Melão	Suco de Maracujá	Suco de Laranja	Suco de Melancia
ALMOÇO	Sopa de arroz/feijão/ fígado/chuchu/ mandioquinha	Sopa de macarrão/feijão/ sobrecoxa/couve/ mandioca	Sopa de macarrão/feijão/ frango/cenoura/chuchu	Sopa de arroz/feijão/ carne/batata-doce/ vagem	Sopa de macarrão/feijão/ frango/ mandioquinha/abóbora
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Mingau de Maisena	Mingau de Aveia	Banana	Mamão	Pera
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/ carne/espinafre/ abobrinha
CALORIAS (kcal)	445	447	464	414	445
CARBOIDRATO (g)	60	55	59	47	57
PROTEÍNA (g)	19	18	19	18	20
LÍPIDIOS (g)	15	17	17	17	16
VITAMINA A (Ug)	1848	261	261	261	261
VITAMINA C (Mg)	60	53	62	61	43
FERRO (Mg)	6	5	5	5	5
MAGNÉSIO (Mg)	69	59	73	59	59
ZINCO (Mg)	4	4	4	4	4
CÁLCIO (Mg)	322	322	325	324	324
FIBRAS (g)	2	1	3	2	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

Cardápio: 6 meses a 1 ano - Mês: Julho - 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	09/07	10/07	11/07	12/07	13/07
DESJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Suco de Limão	Suco de Maracujá	Suco de Abacaxi	Suco de Melancia	Suco de Laranja com Beterraba
ALMOÇO	Sopa de macarrão/feijão/ frango/chuchu/ cenoura	Sopa de arroz/feijão/fígado/ vagem/mandioquinha	Sopa creme de batata/sobrecoxa/ espinafre/tomate	Sopa de fubá/carne/couve/ vagem	Sopa de arroz/feijão/ frango/batata doce/ cenoura
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Mingau de Maisena	Mingau de Aveia	Banana	Mamão	Pera
JANTAR	Sopa de arroz/feijão/carne/ batata/espinafre	Sopa de fubá/carne/couve/ cenoura	Sopa de macarrão/feijão/ carne/abobrinha/ batata	Sopa de arroz/feijão/ frango/mandioca/ abóbora	Sopa de macarrão/ carne/espinafre/ mandioquinha
CALORIAS (kcal)	451	418	439	452	433
CARBOIDRATO (g)	58	49	53	60	53
PROTEÍNA (g)	20	19	18	19	20
LIPÍDIOS (g)	16	16	17	16	16
VITAMINA A (Ug)	261	261	261	261	261
VITAMINA C (Mg)	49	39	44	64	56
FERRO (Mg)	5	5	5	5	5
MAGNÉSIO (Mg)	60	58	57	72	63
ZINCO (Mg)	4	4	4	4	4
CÁLCIO (Mg)	323	319	318	327	325
FIBRAS (g)	3	1	1	2	1

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


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

Cardápio: 6 meses a 1 ano - Mês: Julho - 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	16/07	17/07	18/07	19/07	20/07
DESJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Suco de Abacaxi	Suco de Melancia	Suco de Melão	Suco de Limão	Suco de Maracujá
ALMOÇO	Sopa de arroz/feijão/ carne/batata/ chuchu	Sopa de fubá/carne/couve/ tomate	Sopa de macarrão/feijão/ sobrecoxa/cenoura/ mandioca	Sopa de arroz/feijão/ fígado/chuchu/ mandioquinha	Sopa de macarrão/feijão/ frango/abobrinha/ vagem
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Mingau de Maisena	Mingau de Aveia	Banana	Mamão	Maça
JANTAR	Sopa de macarrão/feijão/ frango/mandioquinha/ cenoura	Sopa de arroz/feijão/frango/ abóbora/batata	Sopa creme de batata/carne/ espinafre/tomate	Sopa de fubá/frango/ couve/cenoura	Sopa de arroz/feijão/carne/ espinafre/mandioca
CALORIAS (kcal)	553	528	447	445	424
CARBOIDRATO (g)	66	61	55	60	50
PROTEÍNA (g)	24	23	18	19	20
LÍPIDIOS (g)	22	22	17	15	16
VITAMINA A (Ug)	391	391	261	1848	261
VITAMINA C (Mg)	66	64	53	60	39
FERRO (Mg)	7	7	5	6	5
MAGNÉSIO (Mg)	74	71	59	69	61
ZINCO (Mg)	6	6	4	4	4
CÁLCIO (Mg)	478	464	322	322	321
FIBRAS (g)	2	1	1	2	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.limoeira.sp.gov.br

Cardápio: 6 meses a 1 ano - Mês: Julho - 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	23/07	24/07	25/07	26/07	27/07
DESJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Suco de Limão	Suco de Abacaxi	Suco de Maracujá	Suco de Laranja	Suco de Melancia
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 doce/ chuchu	Sopa de arroz/feijão/ carne/ espinafre/mandioca
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Mingau de Maisena	Mingau de Aveia	Banana	Mamão	Maça
JANTAR	Sopa de arroz/feijão/carne/ abobrinha/ mandiquinha	Sopa de fubá/frango/couve/ vagem	Sopa de macarrão/feijão/ frango/couve/ abóbora	Sopa de macarrão/feijão/ carne/mandiquinha/ 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.


Cíntia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar (NM - 34279)

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

Cardápio: 6 meses a 1 ano - Mês: Julho - 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	30/07	31/07	01/08	02/08	03/08
DESEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Suco de Limão com Couve	Suco de Abacaxi	Suco de Maracujá	Suco de Laranja com Beterraba	Suco de Melancia
ALMOÇO	Sopa de arroz/feijão/ sobrecoxa/abóbora/ vagem	Sopa de fubá/carne/ couve/tomate	Sopa de arroz/feijão/ carne/ espinafre/mandioca	Sopa de arroz/feijão/ frango/batata doce/ cenoura	Sopa de fubá/carne/couve/ tomate
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Mingau de Maisena	Mingau de Aveia	Banana	Mamão	Pera
JANTAR	Sopa de macarrão/feijão/ carne /abobrinha/chuchu	Sopa de arroz/feijão/frango/ batata/cenoura	Sopa de macarrão/feijão/ frango/abobrinha/ vagem	Sopa de macarrão/ carne/espinafre/ mandioquinha	Sopa de arroz/feijão/frango/ abóbora/batata
CALORIAS (kcal)	526	531	424	433	528
CARBOIDRATO (G)	65	61	50	53	61
PROTEÍNA (G)	19	23	20	20	23
LIPÍDIOS (G)	21	22	16	16	22
VITAMINA A (Ug)	391	391	261	261	391
VITAMINA C (Mg)	58	67	39	56	64
FERRO (Mg)	7	7	5	5	7
MAGNÉSIO (Mg)	64	75	61	63	71
ZINCO (Mg)	6	6	4	4	6
CÁLCIO (Mg)	462	470	321	325	464
FIBRAS (G)	2	1	2	2	2

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

(Assinatura de Silveira)
Assinatura de Silveira
Divisão de Alimentação