

Cardápio: LANCHE NOTURNO

Mês: Fevereiro

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	04/02	05/02	06/02	07/02	08/02
	Pão com Omelete (com Cebola e Tomate)/ Composto Lácteo / Maçã	Pão com Carne Bovina Moída ao Molho/ Composto Lácteo	Pão com Presunto, Mussarela, Alface e Tomate/ Composto Lácteo/ Banana	Sanduíche Natural (Pão com Frango Desfiado, Requeijão, Cenoura Ralada e Alface)/ Composto Lácteo	Pão com Carne Bovina Refogada com Pimentão, Tomate e Cebola/Escarola/ Composto Lácteo/ Mamão
LANCHE					
CALORIAS (kcal)	382	345	469	437	394
CARBOIDRATO (G)	58	45	66	48	55
PROTEÍNA (G)	14	20	20	24	21
LÍPIDIOS (G)	11	9	15	16	10
VITAMINA A (Ug)	117	79	110	79	79
VITAMINA C (Mg)	13	11	21	17	76
FERRO (Mg)	4	4	4	4	5
MAGNÉSIO (Mg)	25	28	55	42	47
ZINCO (Mg)	3	5	4	3	4
CÁLCIO (Mg)	145	124	405	145	158
FIBRAS (G)	3	2	4	4	4

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: LANCHE NOTURNO

Mês: Fevereiro

LANCHE	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	11/02	12/02	13/02	14/02	15/02
Pão com Carne Bovina Moída ao Molho/ Composto Lácteo/ Pera	Pão com Sobrecoca Refogada com Tomate e Cebola/ Composto Lácteo	Pão com Carne Bovina Refogada com Pimentão, Tomate e Cebola/Escarola/ Composto Lácteo/ Banana	Pão com Mussarela e Tomate/ Composto Lácteo/ Maçã	Sanduíche Natural (Pão com Frango Desfiado, Requeijão, Cenoura Ralada e Alfafa)/ Composto Lácteo	
CALORIAS (kcal)	394	363	432	409	437
CARBOIDRATO (G)	58	45	65	58	48
PROTEÍNA (G)	21	18	22	14	24
LIPÍDIOS (G)	9	12	10	14	16
VITAMINA A (Ug)	79	80	79	110	79
VITAMINA C (Mg)	13	11	18	13	17
FERRO (Mg)	5	4	5	3	4
MAGNÉSIO (Mg)	33	27	56	25	42
ZINCO (Mg)	5	3	4	3	3
CÁLCIO (Mg)	131	126	140	386	145
FIBRAS (G)	4	2	4	3	4

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.jundiaí.sp.gov.br

Cardápio: LANCHE NOTURNO

Mês: Fevereiro

LANCHE	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	18/02	19/02	20/02	21/02	22/02
	Pão com Carne Bovina Refogada com Pimentão, Tomate e Cebola/Escarola/ Composto Lácteo/ Maçã	Sanduíche Natural (Pão com Frango Desfiado, Requeijão, Cenoura Ralada e Alface)/ Composto Lácteo	Pão com Presunto, Mussarela, Alface e Tomate/ Composto Lácteo/ Banana	Pão com Carne Bovina Moída ao Molho/ Composto Lácteo	Pão com Sobrecoca Refogada com Tomate e Cebola/ Composto Lácteo/ Mamão
CALORIAS (kcal)	394	437	469	345	399
CARBOIDRATO (g)	55	48	66	45	54
PROTEÍNA (g)	21	24	20	20	19
LÍPIDIOS (g)	10	16	15	9	12
VITAMINA A (Ug)	79	79	110	79	80
VITAMINA C (Mg)	76	17	21	11	74
FERRO (Mg)	5	4	4	4	4
MAGNÉSIO (Mg)	47	42	55	28	40
ZINCO (Mg)	4	3	4	5	3
CÁLCIO (Mg)	158	145	405	124	146
FIBRAS (g)	4	4	4	2	3

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

Cintia Cristiane da Silva

Nutricionista da Divisão de Alimentação

e Merenda Escolar CRM - 34149

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: LANCHE NOTURNO

Mês: Fevereiro

LANCHE	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	25/02	26/02	27/02	28/02	01/03
Sanduíche Natural (Pão com Frango Desfiado, Requeijão, Cenoura Ralada e Alface)/ Composto Lácteo	Pão com Carne Bovina Moída ao Molho/ Composto Lácteo	Pão com Presunto/ Composto Lácteo/ Banana	Pão com Sobrecoca Refogada com Tomate e Cebola/ Composto Lácteo/ Mamão	Cachorro-Quente com Purê de Batata e Vinagrete/ Maçã	
CALORIAS (kcal)	437	345	367	443	453
CARBOIDRATO (G)	48	45	64	66	74
PROTEÍNA (G)	24	20	13	19	14
LÍPIDIOS (G)	16	9	7	12	13
VITAMINA A (Ug)	79	79	78	80	78
VITAMINA C (Mg)	17	11	16	76	13
FERRO (Mg)	4	4	4	4	3
MAGNÉSIO (Mg)	42	28	44	42	18
ZINCO (Mg)	3	5	3	3	2
CÁLCIO (Mg)	145	124	132	147	126
FIBRAS (G)	4	2	4	5	3

OBS: Cardápio sujeito a alterações.