




PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO: EMES/EJA - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 14 ANOS - PERÍODO NOTURNO
MÊS E ANO: AGOSTO 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	02/08/2021	03/08/2021	04/08/2021	05/08/2021	06/08/2021
JANTAR Noite: 18:00 - 20:00	Arroz	Sopa de Macarrão, Peito de Frango, Vagem e Mandioquinha	Pão com Carne Bovina em Cubos ao Molho de Tomate	Arroz	Pão com Bife Bovino Acebolado e Tomate
	Feijão			Feijão	
	Ovos Primavera (Cebola, Tomate, Abobrinha, Brócolis, Molho de Tomate e Cheiro Verde)			Filé de Sobrecoxa Refogado	
	Maçã	Pera	Banana	Salada de Alface	Mamão
				Leite	

Energia (kcal)	403	298	376	384	337
CHO (g)	73	48	73	60	58
PTN (g)	14	17	13	13	13
LPD (g)	6	4	4	6	6

Composição Nutricional (Média Semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 15 a 35% do VET
360	63	15	6
	70%	16%	14%


LIMEIRA, 02 de Agosto de 2021
Lílian de Fátima
Nutricionista Escolar

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020.




PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO: EMES/EJA - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 14 ANOS - PERÍODO NOTURNO
MÊS E ANO: AGOSTO 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 09/08/2021	TERÇA 10/08/2021	QUARTA 11/08/2021	QUINTA 12/08/2021	SEXTA 13/08/2021
JANTAR Noite: 18:00 - 20:00	Sopa de Macarrão, Carne Bovina, Escarola, Tomate e Abobrinha	Pão com Sobrecoxa Refogada e Vinagrete	Arroz	Pão com Peito de Frango ao Molho de Tomate	Arroz
			Feijão		Feijão
			Moqueca de Peixe (com Mandioca, Tomate, Pimentão e Cebola)		Carne Bovina em Flocos Refogada
	Maçã	Pera	Salada de Alface	Mamão	Salada de Beterraba
		Leite		Leite	

Energia (kcal)	309	333	363	316	398
CHO (g)	49	61	65	59	62
PTN (g)	17	11	17	12	20
LPD (g)	5	6	4	4	8

Composição Nutricional (Média Semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 15 a 35% do VET
344	59	15	5
	69%	18%	13%


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
Limeira - SP - 13500-000

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020.




PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO: EMES/EJA - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 14 ANOS - PERÍODO NOTURNO
MÊS E ANO: AGOSTO 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	16/08/2021	17/08/2021	18/08/2021	19/08/2021	20/08/2021
JANTAR Noite: 18:00 - 20:00	Macarrão ao Sugo	Arroz	Pão com Carne Bovina em Cubos ao Molho de Tomate	Pão com Sobrecoxa Refogada e Vinagrete	Arroz Integral
		Feijão			Feijão
	Carne Bovina em Cubos Refogada	Peito de Frango Refogado			Carne Bovina em Flocos Refogada
	Salada de Acelga	Salada de Repolho	Banana	Mamão	Salada de Pepino
			Leite	Leite	

Energia (kcal)	232	358	376	235	386
CHO (g)	26	60	73	58	59
PTN (g)	16	19	13	11	19
LPD (g)	7	4	4	6	8

Composição Nutricional (Média Semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 15 a 35% do VET
346	55	16	7
	64%	19%	17%


Coordenadora do SFEA
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar - GRN - 30100

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020.




PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO: EMES/EJA - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 14 ANOS - PERÍODO NOTURNO
MÊS E ANO: AGOSTO 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	23/08/2021	24/08/2021	25/08/2021	26/08/2021	27/08/2021
JANTAR Noite: 18:00 - 20:00	Pão com Carne Bovina em Cubos ao Molho de Tomate	Macarrão ao Sugo	Arroz	Pão com Peito de Frango ao Molho de Tomate	Arroz
		Filé de Sobrecoxa Refogada	Feijão		Feijão
	Quibe Assado		Carne Bovina em Cubos Refogada		
	Maçã	Salada de Beterraba	Salada de Escarola	Mamão	Salada de Tomate
	Leite			Leite	

Energia (kcal)	329	326	476	316	378
CHO (g)	62	49	93	59	61
PTN (g)	12	14	15	12	19
LPD (g)	4	8	6	4	7

Composição Nutricional (Média Semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 15 a 35% do VET
365	65	15	6
	71%	16%	14%


LIMEIRA, 23 de Agosto de 2021.
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO: EMES/EJA - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 14 ANOS - PERÍODO NOTURNO
MÊS E ANO: AGOSTO/SETEMBRO 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	30/08/2021	31/08/2021	01/09/2021	02/09/2021	03/09/2021
JANTAR Noite: 18:00 - 20:00	Pão com Carne Desfiada e Vinagrete	Macarrão ao Sugo	Arroz	Pão com Peito de Frango ao Molho de Tomate	Arroz
		Filé de Sobrecoxa Refogada	Feijão		Feijão
	Maçã	Salada de Acelga	Fígado Bovino Acebado	Salada de Alface	Carne Bovina em Flocos Refogada
	Leite			Mamão	Salada de Escarola
				Leite	

Energia (kcal)	336	327	365	316	387
CHO (g)	61	49	59	59	59
PTN (g)	12	15	20	12	19
LPD (g)	5	8	5	4	8

Composição Nutricional (Média Semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 15 a 35% do VET
346	57	16	6
	66%	18%	16%


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
Escolar GRN - 34149

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020.