

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

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

Telefones: 3404-1846

E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: CI CEIEF (Acima de 1 ano)

Mês: Março - 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	05/03	06/03	07/03	08/03	09/03
DESJEJUM	Leite e Pão	Leite e Pão	Leite e Pão	Leite e Pão	Leite e Pão
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Omelete (Cebola e Tomate)/ Salada de Chuchu	Arroz/Feijão/ Carne com Berinjela	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa Assada/ Salada de Alface	Arroz/Feijão/ Carne/Salada de Almeirão	Arroz/Feijão/ Frango ao molho/ Salada de Abobrinha
LANCHE	Gelatina	Mingau de Aveia	Banana	Mamão	Maça
JANTAR	Arroz/Feijão/ Carne com Couve-flor	Arroz/Feijão/ Frango com Brócolis	Arroz/Torta Madalena (carne moída)/ Salada de Escarola	Arroz/Torta de Frango (Milho, ervilha e cenoura)/ Salada de Brócolis	Arroz/Carne/ Salada de Alface
CALORIAS (kcal)	570	739	597	725	593
CARBOIDRATO (g)	72	96	84	83	84
PROTEÍNA (g)	29	34	30	36	31
LÍPIDIOS (g)	18	25	16	27	15
VITAMINA A (Ug)	250	281	212	190	132
VITAMINA C (Mg)	29	25	29	50	28
FERRO (Mg)	7	7	7	5	6
MAGNÉSIO (Mg)	111	126	121	106	116
ZINCO (Mg)	5	5	5	4	4
CÁLCIO (Mg)	237	245	230	130	278

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


Cinthia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRN - 34110

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

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

Telefones: 3404-1846

E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: CI CEIEF (Acima de 1 ano)

Mês: Março - 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	12/03	13/03	14/03	15/03	16/03
DEJEJUM	Leite e Pão	Leite e Pão	Leite e Bolo (preparo)	Leite e Pão	Leite e Pão
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Carne com Mandioca	Arroz/Feijão/ Nuggets/ Salada de Brócolis	Arroz/Feijão/ Carne/ Salada de Alfaca	Arroz/Feijão/ Frango/ Salada de Almeirão	Arroz/Feijão/ Carne com Couve-flor
LANCHE	Pudim	Mingau de Aveia	Banana	Mamão	Maça
JANTAR	Arroz/Feijão/ Frango/ Salada de Repolho	Arroz/Carne/ Salada de Acelga	Arroz/Sobrecoca/ Salada de Escarola	Arroz/Feijão/ Carne/ Salada de Brócolis	Pão com Carne Moída ao Molho
CALORIAS (kcal)	554	800	545	722	647
CARBOIDRATO (g)	74	99	69	92	92
PROTEÍNA (g)	30	31	29	33	32
LÍPIDIOS (g)	15	25	17	25	17
VITAMINA A (Ug)	212	280	133	201	212
VITAMINA C (Mg)	24	24	25	67	31
FERRO (Mg)	6	8	6	7	7
MAGNÉSIO (Mg)	121	122	121	125	96
ZINCO (Mg)	4	5	5	5	7
CÁLCIO (Mg)	219	254	220	315	225

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


Cristiane
Nutricionista da Divisão de Alimentação e Nutrição Escolar
FIM - 34.007

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

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

Telefones: 3404-1846

E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: CI CEIEF (Acima de 1 ano)

Mês: Março - 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	19/03	20/03	21/03	22/03	23/03
DESJEJUM	Leite e Pão	Leite e Pão	Leite e Pão	Leite e Pão	Leite e Pão
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Frango com Brócolis	Arroz/Feijão/ Carne/ Salada de Chuchu	Arroz/Feijão/ Sobrecoca/ Salada de Almeirão	Arroz/Feijão/ Fígado Acebolado/ Salada de Alface	Arroz/Feijão/ Carne moída/ Salada de Escarola
LANCHE	Gelatina	Maça	Banana	Mamão	Maça
JANTAR	Arroz/Carne ao molho/Polenta	Risoto de Frango (Milho, Ervilha e Cenoura)	Arroz/Feijão/ Carne/ Salada de Abóbora	Arroz/Feijão Frango/ Salada de Couve-flor	Arroz/Frango/ Salada de Alface
CALORIAS (kcal)	581	696	567	711	536
CARBOIDRATO (g)	80	87	78	93	74
PROTEÍNA (g)	31	31	29	33	30
LÍPIDIOS (g)	15	25	16	23	13
VITAMINA A (Ug)	212	281	212	3375	211
VITAMINA C (Mg)	22	23	26	68	23
FERRO (Mg)	7	6	7	8	6
MAGNÉSIO (Mg)	120	96	127	119	117
ZINCO (Mg)	4	5	5	6	5
CÁLCIO (Mg)	217	220	218	297	217

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


Assinatura do Coordenador
Data: 20/03/2018

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

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

Telefones: 3404-1846

E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: CI CEIEF (Acima de 1 ano)

Mês: Março - 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	26/03	27/03	28/03	29/03	30/03
DESJEJUM	Leite e Pão	Leite e Pão	Leite e Pão	Leite e Pão	
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Sobrecoca Assada/ Salada de Beterraba	Arroz/Feijão/ Carne/ Salada de Repolho	Arroz/Feijão/ Frango/ Salada de Alfafa	Arroz/Feijão/Carne/ Salada de Chuchu	
LANCHE	Maça	Leite e Mini bolo		Maça	
JANTAR	Arroz/Feijão/ Carne/ Salada de Brócolis	Arroz/Feijão/ Nuggets/ Salada de Abobrinha	Festa de Aniversário Cachorro-quente/ Bolo de Aniversário	Arroz /Feijão/ Frango com batata	FERIADO
CALORIAS (kcal)	558	1108	1024	581	
CARBOIDRATO (g)	75	149	148	80	
PROTEÍNA (g)	31	37	34	31	
LIPÍDIOS (g)	15	34	33	15	
VITAMINA A (Ug)	212	410	200	212	
VITAMINA C (Mg)	26	39	26	22	
FERRO (Mg)	6	10	7	7	
MAGNÉSIO (Mg)	122	146	101	120	
ZINCO (Mg)	4	7	5	4	
CÁLCIO (Mg)	228	424	321	217	

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista de Saúde
Especialização
e Nutrição Escolar - CRP 34140