



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL

MÊS E ANO: OUTUBRO 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 03/10/2022	TERÇA 04/10/2022	QUARTA 05/10/2022	QUINTA 06/10/2022	SEXTA 07/10/2022
LANCHE Manhã: 08:00	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
	Maçã	Pão com Requeijão Caseiro	Flocos de Milho	Pão com Ovo Mexido	Pão com Requeijão Caseiro

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Macarrão	Arroz	Arroz	Arroz Integral
	Feijão		Feijão	Feijão	Feijão
	Omelete de Forno com Espinafre	Carne Bovina Moída Refogada com Tomate e Manjeriçao	Peito de Frango Refogado com Couve Flor	Carne Bovina em Tiras Acebolada	Sobrecoxa ao Molho de Tomate
	Salada de Cenoura, Brócolis e Abobrinha	Salada de Chuchu	Salada de Escarola	Salada de Couve	Polenta Salada de Repolho

LANCHE Tarde: 13:00	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
	Melão	Maçã	Banana	Abacaxi	Mamão

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Carne Bovina em Cubos Refogada com Batata Doce	Filé de Sobrecoxa Refogada	Fígado Acebolado	Peito de Frango Refogado	Carne Bovina Refogada com Mandioca e Tomate
	Salada de Beterraba	Salada de Pepino e Tomate	Abóbora Refogada		

Energia (kcal)	736	827	855	885	959
CHO (g)	106	122	140	122	138
PTN (g)	30	39	36	39	39
LPD (g)	22	24	17	24	27
Vit. A (mcg)	489	377	3492	713	319
Vit. C (mg)	80	45	65	99	121
Ca (mg)	314	347	293	410	376
Fe (mg)	7	8	15	8	8

Composição nutricional (Média semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 25 a 35% do VET
852	125	37	23
	58%	17%	25%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
1078	82	348	9

**Ione Fátima Leme**  
Nutricionista da Divisão de  
Alimentação Escolar  
CRN 52 691

**Cintia Cristiane da Silva**  
Nutricionista da Divisão de  
Alimentação Escolar  
CRN 34 140

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Até 3 anos deve ser oferecido a fórmula infantil e a partir de 3 anos o composto lácteo.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL

MÊS E ANO: OUTUBRO 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 10/10/2022	TERÇA 11/10/2022	QUARTA 12/10/2022	QUINTA 13/10/2022	SEXTA 14/10/2022
LANCHE Manhã: 08:00	Leite	Leite		Leite	Leite
	Maçã	Pão com Requeijão Caseiro		Pão com Ovo Mexido	Pão com Requeijão Caseiro

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Macarrão	FERIADO	Arroz	Arroz
	Feijão			Feijão	Feijão
	Bife Bovino Acebolado	Frango Moído Refogado com Tomate e Manjerição		Carne em Cubos Refogada	Peito de Frango Refogado
	Batata Assada	Salada de Repolho, Cenoura Ralada e Maçã		Salada de Alface, Rúcula e Tomate	Salada de Pepino
	Salada de Tomate, Cenoura e Ervilha				

LANCHE Tarde: 13:00	Leite	Leite		Leite	Leite
	Melancia	Pera		Banana	Salada de Frutas (Abacaxi, Melão, Mamão e Banana)

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Arroz		Arroz	Macarrão
	Feijão	Feijão		Feijão	
	Peito de Frango Refogado	Carne em Tiras Refogada		Sobrecoxa Refogada	Carne Bovina Moída Refogada com Tomate e Manjerição
	Salada de Beterraba	Salada de Chuchu		Abobrinha Refogada	Salada de Tomate

Energia (kcal)	794	874		925	831
CHO (g)	99	120		124	120
PTN (g)	31	37		39	40
LPD (g)	18	27		27	22
Vit. A (mcg)	256	482		585	437
Vit. C (mg)	36	48		116	76
Ca (mg)	288	355		405	353
Fe (mg)	7	8		9	7

Composição nutricional (Média semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 25 a 35% do VET
856	115	37	24
	56%	18%	26%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
453	71	362	9

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Até 3 anos deve ser oferecido a fórmula infantil e a partir de 3 anos o composto lácteo.

**Ione Passos Leme**  
Nutricionista da Divisão de  
Alimentação Escolar  
CRN 52 601

Telefone: 3404-1846  
educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

**Cintia Cristiane da Silva**  
Nutricionista da Divisão de  
Alimentação Escolar  
CRN 14 140



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL

MÊS E ANO: OUTUBRO 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 17/10/2022	TERÇA 18/10/2022	QUARTA 19/10/2022	QUINTA 20/10/2022	SEXTA 21/10/2022
LANCHE Manhã: 08:00	Leite Maçã	Leite Pão com Requeijão Caseiro	Leite Flocos de Milho	Leite Pão com Ovo Mexido	Leite Pão com Requeijão Caseiro

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Macarrão	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão		Feijão	Feijão	Feijão
	Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate	Frango Refogado com Tomate e Manjericão	Fígado Bovino Acebollado	Filé de Sobrecoxa Refogada	Carne Bovina em Flocos Refogada
	Salada de Pepino	Salada de Chuchu	Salada de Repolho	Salada de Couve	Salada de Almeirão e Tomate

LANCHE Tarde: 13:00	Leite Abacaxi	Leite Maçã	Leite Banana	Leite Manga	Leite Mamão
------------------------	------------------	---------------	-----------------	----------------	----------------

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Polenta
	Filé de Sobrecoxa Refogada	Carne Bovina em Cubos Refogada	Peito de Frango Refogado	Carne Bovina em Cubos Refogada	Filé de Sobrecoxa ao Molho
	Abóbora Refogada	Batata Doce Cozida	Salada de Brócolis	Salada de Couve Flor	Salada de Cenoura e Vagem

Energia (kcal)	711	895	759	942	883
CHO (g)	103	124	133	136	120
PTN (g)	30	42	28	40	38
LPD (g)	21	24	15	27	27
Vit. A (mcg)	469	698	571	510	354
Vit. C (mg)	64	73	103	92	110
Ca (mg)	292	388	326	399	371
Fe (mg)	7	9	13	9	8

Composição nutricional (Média semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	55 a 65% do VET	10 a 15% do VET	25 a 35% do VET
838	123	36	24
	59%	17%	24%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
520	89	355	9

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/ENDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Até 3 anos deve ser oferecido a fórmula infantil e a partir de 3 anos o composto lácteo.

**Ione Passos Leme**  
Nutricionista da Divisão de  
Alimentação Escolar  
CRN 52 601

Telefone: 3404-1846

educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

**Cintia Cristiane da Silva**  
Nutricionista da Divisão de  
Alimentação Escolar  
CRN 34 140



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL

MÊS E ANO: OUTUBRO 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 24/10/2022	TERÇA 25/10/2022	QUARTA 26/10/2022	QUINTA 27/10/2022	SEXTA 28/10/2022
LANCHE Manhã: 08:00	Leite	Leite	Leite	Leite	
	Maçã	Pão com Requeijão Caseiro	Banana com Aveia	Pão com Ovo Mexido	

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Macarrão	Arroz	Arroz	PONTO FACULTATIVO
	Feijão		Feijão	Feijão	
	Caçarola (Carne Bovina em Cubos com Batata, Cenoura e Tomate)	Filé de Sobrecoxa Refogada com Tomate e Cenoura	Moqueca de Peixe (Mandioca, Pimentão, Cheiro Verde e Tomate)	Peito de Frango Refogado	
	Salada de Beterraba	Salada de Escarola	Salada de Pepino		

LANCHE Tarde: 13:00	Leite	Leite	Leite	Leite	
	Pera	Melancia	Banana	Maçã	

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Arroz	Arroz	Macarrão	
	Feijão	Feijão	Feijão		
	Filé de Sobrecoxa Refogada	Carne Bovina em Cubos Refogada	Peito de Frango Refogado	Carne Bovina em Tiras Refogada com Tomate e Manjeriçao	
	Salada de Chuchu	Salada de Repolho	Salada de Almeirão	Salada de Couve	

Energia (kcal)	618	655	723	889	
CHO (g)	98	90	128	123	
PTN (g)	21	28	33	43	
LPD (g)	17	21	17	25	
Vit. A (mcg)	299	474	403	689	
Vit. C (mg)	43	51	50	88	
Ca (mg)	277	282	309	417	
Fe (mg)	6	6	7	9	

Composição nutricional (Média semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 25 a 35% do VET
770	115	34	22
	58%	17%	25%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
473	61	342	7

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Até 3 anos deve ser oferecido a fórmula infantil e a partir de 3 anos o composto lácteo.

**Ione Passos Leme**  
Nutricionista da Divisão de  
Alimentação Escolar  
CRN 52 601

Telefone: 3404-1846  
educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

**Cintia Cristiane da Silva**  
Nutricionista da Divisão de  
Alimentação Escolar  
CRN 34 140



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL

MÊS E ANO: OUTUBRO - NOVEMBRO 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 31/10/2022	TERÇA 01/11/2022	QUARTA 02/11/2022	QUINTA 03/11/2022	SEXTA 04/11/2022
LANCHE Manhã: 08:00	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
	Maçã	Pão com Requeijão Caseiro		Banana com Aveia	Pão com Ovo Mexido

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Macarrão	FERIADO	Arroz	Arroz
	Feijão			Feijão	Feijão
	Peito de Frango Refogado com Pimentão	Carne Bovina em Tiras Refogada com Tomate e Manjericão		Carne Bovina em Cubos Refogada	Peito de Frango Acebolado
	Salada de Beterraba	Salada de Repolho		Salada de Escarola	Salada de Couve e Tomate

LANCHE Tarde: 13:00	Leite	Leite		Leite	Leite
	Maçã	Melão		Maçã	Mamão

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Arroz		Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão		Feijão	Caçarola (Carne Bovina em Cubos com Batata, Cenoura, Vagem e Tomate)
	Carne Bovina em Cubos Refogada	Filé de Sobrecoxa Refogado		Peito de Frango Refogado	
	Salada de Cenoura	Salada de Chuchu		Salada de Couve Flor	

Energia (kcal)	734	870		725	883
CHO (g)	113	114		120	121
PTN (g)	30	39		34	42
LPD (g)	22	24		20	24
Vit. A (mcg)	760	419		694	502
Vit. C (mg)	54	54		96	101
Ca (mg)	326	358		335	387
Fe (mg)	7	8		7	9

Composição nutricional (Média semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 25 a 35% do VET
803	117	36	23
	56%	18%	26%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
1038	68	334	8

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FMDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Até 3 anos deve ser oferecido a fórmula infantil e a partir de 3 anos o composto lácteo.

**Ione Passos Leme**  
Nutricionista da Divisão de  
Alimentação Escolar  
CRN 52 601

Telefone: 3404-1846  
educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

**Cintia Cristiane da Silva**  
Nutricionista da Divisão de  
Alimentação Escolar  
CRN 34 146