



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: EMEI - EMEIEF - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 3 ANOS - PERÍODO PARCIAL
MÊS E ANO: DEZEMBRO

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	06/12/2021	07/12/2021	08/12/2021	09/12/2021	10/12/2021
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:00 - 16:00	Maçã	Biscoito	Banana	Pão com Ovo Mexido	Bolo

ALMOÇO	Arroz	Macarrão	Arroz	Arroz	Arroz	
	Feijão		Feijão	Feijão	Feijão	
	Manhã: 10:00 - 11:30 Tarde: 12:00 - 13:30	Bife Bovino Acebolado	Peito de Frango Refogado com Tomate, Cenoura, Cebola e Cheiro Verde	Fígado Bovino Acebolado	Nuggets de Merluza Assado	Bife Bovino Acebolado
	Salada de Acelga com Tomate	Salada de Beterraba Maçã	Salada de Alface Suco de Uva	Salada de Escarola Banana	Salada de Pepino Mamão	

Energia (kcal)	435	492	571	665	675
CHO (g)	57	67	95	104	104
PTN (g)	24	22	34	28	28
LPD (g)	12	16	15	16	16

Composição Nutricional (Média Semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
568	55 a 65% do VET	10 a 15% do VET	25 a 35% do VET
	85	27	15
	60%	19%	21%

Cintia Cristina da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRN - 24110

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

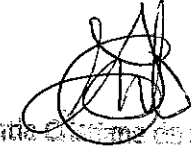
CARDÁPIO: EMEI - EMEIEF - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 3 ANOS - PERÍODO PARCIAL
MÊS E ANO: DEZEMBRO

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	13/12/2021	14/12/2021	15/12/2021	16/12/2021	17/12/2021
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:00 - 16:00	Biscoito	Maçã	Biscoito	Banana	Biscoito

	Macarrão	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
		Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
ALMOÇO Manhã: 10:00 - 11:30 Tarde: 12:00 - 13:30	Filé de Sobrecoxa Refogada com Tomate, Cenoura, Cebola e Cheiro Verde	Carne Bovina com Mandioca	Filé de Sobrecoxa Assada	Peito de Frango Refogado com Tomate	Carne Bovina em Flocos Refogada
	Salada de Pepino	Salada de Cenoura	Salada de Alface	Salada de Escarola	Salada de Pepino
	Suco de Uva		Banana		Maçã

Energia (kcal)	545	418	587	475	542
CHO (g)	78	58	96	69	75
PTN (g)	21	25	21	24	26
LPD (g)	16	10	13	13	15

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
513	75	23	13
	58%	18%	24%


Cristina de Almeida dos Santos
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar - CRN - 34116

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: EMEI - EMEIEF - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 3 ANOS - PERÍODO PARCIAL
MÊS E ANO: DEZEMBRO

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	20/12/2021	21/12/2021	22/12/2021	23/12/2021	24/12/2021
LANCHE					
Manhã: 07:00 - 08:00	Leite	Leite	Leite		
Tarde: 15:00 - 16:00	Biscoito	Biscoito	Biscoito		

ALMOÇO Manhã: 10:00 - 11:30 Tarde: 12:00 - 13:30	Arroz	Macarrão	Arroz	CONSELHO DE CICLO	RECESSO
	Feijão		Feijão		
	Peito de Frango Refogado	Carne Bovina com Tomate, Cenoura, Cebola e Cheiro Verde	Filé de Sobrecoxa Assada		
	Salada de Pepino	Salada de Cenoura	Salada de Repolho		
	Maçã		Suco de Uva		

Energia (kcal)	524	426	605		
CHO (g)	80	54	90		
PTN (g)	27	24	24		
LPD (g)	12	13	16		

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
491	71	26	12
	58%	21%	22%


Cintia Oliveira da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar C.R.N. - 34146

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