

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: Novembro

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	04/11	05/11	06/11	07/11	08/11
	Pão com Omelete de Forno (com Cebola e Tomate)/ Composto Lácteo Chocolate	Pão com Carne Bovina Moída Assada ao Molho/ Composto Lácteo Baunilha	Pão com Presunto e Tomate/ Composto Lácteo Chocolate	Pão com Carne de Frango Cozida e Cenoura Ralada/ Composto Lácteo Chocolate	Pão com Carne Bovina em Flocos Refogada com Tomate e Cebola/ Composto Lácteo Chocolate/ Maçã
LANCHE					
CALORIAS (kcal)	337	345	343	319	354
CARBOIDRATO (G)	45	45	58	45	45
PROTEÍNA (G)	14	20	12	20	20
LÍPIDIOS (G)	11	9	7	6	10
VITAMINA A (Ug)	117	79	78	79	79
VITAMINA C (Mg)	11	11	15	7	11
FERRO (Mg)	4	4	4	3	4
MAGNÉSIO (Mg)	23	28	28	33	29
ZINCO (Mg)	3	5	3	3	4
CÁLCIO (Mg)	143	124	144	127	124
FIBRAS (G)	2	2	4	2	2

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: Novembro

LANCHE	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	11/11	12/11	13/11	14/11	15/11
	Pão com Carne Bovina Moída Assada ao Molho/ Composto Lácteo Chocolate	Pão com Sobrecoxa Refogada com Tomate e Cebola/ Composto Lácteo Chocolate	Pão com Carne Bovina em Flocos ao Molho/ Composto Lácteo Baunilha/ Banana	Pão com Carne de Frango Cozida, Tomate e Cebola/ Composto Lácteo Chocolate	
CALORIAS (kcal)	345	363	433	309	FERIADO
CARBOIDRATO (G)	45	45	65	43	
PROTEÍNA (G)	20	18	22	20	
LÍPIDIOS (G)	9	12	10	6	
VITAMINA A (Ug)	79	80	79	79	
VITAMINA C (Mg)	11	11	29	6	
FERRO (Mg)	4	4	5	3	
MAGNÉSTIO (Mg)	28	27	54	30	
ZINCO (Mg)	5	3	4	3	
CÁLCIO (Mg)	124	126	137	120	
FIBRAS (G)	2	2	4	1	

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

Cláudia Aparecida da Silva
 Nutricionista da Divisão de Alimentação
 e Nutrição Escolar CRN - 341149

Cardápio: LANCHE NOTURNO

Mês: Novembro

LANCHE	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	18/11	19/11	20/11	21/11	22/11
	Pão com Carne Bovina em Flocos Refogada com Tomate e Cebola/ Composto Lácteo Chocolate	Pão com Carne de Frango Cozida e Cenoura Ralada /Composto Lácteo Baunilha	FERIADO	Pão com Carne Bovina Moída Assada ao Molho/ Composto Lácteo Chocolate	Pão com Sobrecoxa Refogada com Tomate e Cebola/ Composto Lácteo Chocolate/ Banana
CALORIAS (kcal)	354	319		466	407
CARBOIDRATO (G)	45	45		65	57
PROTEÍNA (G)	20	20		24	18
LÍPIDIOS (G)	10	6		12	12
VITAMINA A (Ug)	79	79		79	80
VITAMINA C (Mg)	11	7		11	13
FERRO (Mg)	4	3		4	4
MAGNÉSTIO (Mg)	29	33		28	28
ZINCO (Mg)	4	3		5	3
CÁLCIO (Mg)	124	127		235	127
FIBRAS (G)	2	2		2	3

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: Novembro

LANCHE	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	25/11	26/11	27/11	28/11	29/11
Pão com Carne de Frango Cozida e Cenoura Ralada /Composto Lácteo Chocolate	Pão com Carne Bovina Moída Assada ao Molho/ Composto Lácteo Chocolate	Pão com Sobrecoxa Refogada com Tomate e Cebola/ Composto Lácteo Baunilha	Pão com Carne Bovina em Flocos Refogada com Tomate e Cebola/ Composto Lácteo Chocolate/ Marmão	Pão com Carne de Frango Cozida, Tomate e Cebola/ Macã/ Mini Bolo	
CALORIAS (kcal)	319	345	363	433	524
CARBOIDRATO (G)	45	45	45	65	80
PROTEÍNA (G)	20	20	18	22	23
LÍPIDIOS (G)	6	9	12	10	12
VITAMINA A (Ug)	79	79	80	79	79
VITAMINA C (Mg)	7	11	11	29	9
FERRO (Mg)	3	4	4	5	3
MAGNÉSIO (Mg)	33	28	27	54	35
ZINCO (Mg)	3	5	3	4	3
CÁLCIO (Mg)	127	124	126	137	129
FIBRAS (G)	2	2	2	4	4

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


Cláudia
Nutricionista da Divisão de Alimentos
e Nutrição Escolar CRII - 34110