

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: 6 meses a 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	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Suco de limão	Suco de abacaxi	Suco de maracujá	Suco de laranja	Suco de melancia
ALMOÇO	Sopa de arroz/feijão/ sobrecoca/abóbora/ vagem	Sopa de fubá/carne/ couve/tomate	Sopa de macarrão/feijão/ frango/brócolis/ mandioca	Sopa de arroz/feijão/ carne/batata/ couve-flor	Sopa de macarrão/feijão/ frango/ mandioquinha/abóbora
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Maça	Mingau de Aveia	Banana	Mamão	Maça
JANTAR	Sopa de macarrão/feijão/carne /abobrinha/chuchu	Sopa de arroz/feijão/frango/ berinjela/cenoura	Sopa creme de batata/feijão/ carne/ espinafre/tomate	Sopa de fubá/frango/couve/ cenoura	Sopa de arroz/feijão/ carne/espinafre/ abobrinha
CALORIAS	526	531	464	414	445
CARBOIDRATO	65	61	59	47	57
PROTEÍNA	19	23	19	18	20
LÍPIDIOS	21	22	17	17	16
VITAMINA A	391	391	261	261	261
VITAMINA C	58	67	62	61	43
FERRO	7	7	5	5	5
MAGNÉSIO	64	75	73	59	59
ZINCO	6	6	4	4	4
CÁLCIO	462	470	325	324	324

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

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: 6 meses a 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
DESJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Suco de limão	Suco de maracujá	Suco de abacaxi	Suco de melancia	Suco de laranja
ALMOÇO	Sopa de macarrão/feijão/ frango/ chuchu/ brócolis	Sopa de arroz/ervilha/ carne/ vagem/mandioquinha	Sopa creme de batata/sobrecoxa/ espinafre/tomate	Sopa de fubá/carne/couve/ vagem	Sopa de arroz/feijão/ frango/batata/ cenoura
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Maça	Mingau de Maisena	Banana	Mamão	Maça
JANTAR	Sopa de arroz/feijão/ carne/ batata/berinjela	Sopa de fubá/carne/couve/ cenoura	Sopa de macarrão/feijão/ carne/abobrinha/ couve-flor	Sopa de arroz/feijão/frango/ mandioca/abóbora	Sopa de macarrão/ervilha/ carne/espinafre/ mandioquinha
CALORIAS	451	418	439	452	433
CARBOIDRATO	58	49	53	60	53
PROTEÍNA	20	19	18	19	20
LÍPIDIOS	16	16	17	16	16
VITAMINA A	261	261	261	261	261
VITAMINA C	49	39	44	64	56
FERRO	5	5	5	5	5
MAGNÉSIO	60	58	57	72	63
ZINCO	4	4	4	4	4
CÁLCIO	323	319	318	327	325

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

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: 6 meses a 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	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Suco de laranja	Suco de melancia	Suco de melão	Suco de limão	Suco de maracujá
ALMOÇO	Sopa de arroz/feijão/ carne/berinjela/ chuchu	Sopa de fubá/carne/couve/ tomate	Sopa de macarrão/feijão/ sobrecoxa/couve- flor/mandioca	Sopa de arroz/feijão/ Fígado/chuchu/ mandioquinha	Sopa de macarrão/feijão/ frango/abobrinha/ vagem
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Mingau de Aveia	Maça	Banana	Mamão	Maça
JANTAR	Sopa de macarrão/ervilha/ frango/mandioquinha/ brócolis	Sopa de arroz/feijão/frango/ abóbora/batata	Sopa creme de batata/carne/ espinafre/tomate	Sopa de fubá/frango/ couve/cenoura	Sopa de arroz/feijão/carne/ espinafre/mandioca
CALORIAS	553	528	447	445	424
CARBOIDRATO	66	61	55	60	50
PROTEÍNA	24	23	18	19	20
LÍPIDIOS	22	22	17	15	16
VITAMINA A	391	391	261	1848	261
VITAMINA C	66	64	53	60	39
FERRO	7	7	5	6	5
MAGNÉSIO	74	71	59	69	61
ZINCO	6	6	4	4	4
CÁLCIO	478	464	322	322	321

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

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: 6 meses a 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
DEJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	
LANCHE	Suco de limão	Suco de abacaxi	Suco de maracujá	Suco de laranja	
ALMOÇO	Sopa de macarrão/feijão/sobrecoxa/abóbora/batata	Sopa de arroz/feijão/carne/chuchu/berinjela	Sopa creme de batata/carne/espinafre/tomate	Sopa de arroz/feijão/carne/batata/chuchu	
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	FERIADO
LANCHE	Maca	Mingau de Maisena	Banana	Mingau de Aveia	
JANTAR	Sopa de arroz/feijão/carne/abobrinha/mandioquinha	Sopa de fubá/frango/couve/vagem	Sopa de macarrão/feijão/frango/brócolis/abóbora	Sopa de macarrão/ervilha/frango/mandioquinha/brócolis	
CALORIAS	463	527	414	553	
CARBOIDRATO	59	61	48	66	
PROTEÍNA	19	23	18	24	
LÍPIDIOS	17	22	17	22	
VITAMINA A	261	391	261	391	
VITAMINA C	47	62	44	66	
FERRO	5	7	5	7	
MAGNÉSIO	57	72	58	74	
ZINCO	4	6	4	6	
CÁLCIO	318	466	320	478	

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

Coordenadora de Nutrição
Nutricionista de Referência
a Nutrição Escolar