



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: 07 A 11 MESES - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: NOVEMBRO 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 01/11/2021	TERÇA 02/11/2021	QUARTA 03/11/2021	QUINTA 04/11/2021	SEXTA 05/11/2021
LANCHE Manhã: 08:00			Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil

ALMOÇO Manhã: 10:00	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
			Arroz	Macarrão	Arroz
			Feijão	Ervilha	Feijão
			Fígado Bovino	Filé de Sobrecoxa	Carne Bovina
			Cenoura	Couve Manteiga	Brócolis
Espinafre	Abóbora	Mandioquinha			

LANCHE Tarde: 12:00			Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
------------------------	--	--	------------------	------------------	------------------

LANCHE Tarde: 13:30			Pera	Banana	Maçã
------------------------	--	--	------	--------	------

JANTAR Tarde: 15:00			Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
			Arroz	Arroz	Arroz
			Feijão	Feijão	Feijão
			Peito de Frango	Carne Bovina	Ovo Cozido
			Mandioquinha	Vagem	Abobrinha
Abóbora	Cenoura	Couve Manteiga			

Energia (kcal)			401	361	423
CHO (g)			59	46	60
PTN (g)			17	16	17
LPD (g)			11	13	13
Vit. A (mcg)			1911	339	317
Vit. C (mg)			40	68	47
Ca (mg)			249	254	255
Fe (mg)			6	4	5

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
403	55	17	13
	55%	16%	29%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
644	45	254	5


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRN - 31160

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Os alimentos das papinhas devem ser amassados ou raspados; Todos os alimentos devem ser bem cozidos; Para esfriar a papinha deve se mexer com a colher, nunca soprar, começar a servir pelas bordas, pois esfriam antes; Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: 07 A 11 MESES - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: NOVEMBRO 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 08/11/2021	TERÇA 09/11/2021	QUARTA 10/11/2021	QUINTA 11/11/2021	SEXTA 12/11/2021
LANCHE Manhã: 08:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil

ALMOCO Manhã: 10:00	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
	Macarrão	Arroz	Arroz	Macarrão	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Ervilha	Feijão
	Carne Bovina	Filé de Sobrecoxa	Fígado Bovino	Peito de Frango	Carne Bovina
	Abóbora	Cenoura	Couve Manteiga	Brócolis	Batata Doce
	Tomate	Vagem	Mandioca	Abobrinha	Beterraba


LANCHE Tarde: 12:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
------------------------	------------------	------------------	------------------	------------------	------------------

LANCHE Tarde: 13:30	Maçã	Pera	Banana	Mamão	Banana
------------------------	------	------	--------	-------	--------

JANTAR Tarde: 15:00	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Filé de Sobrecoxa	Carne Bovina	Peito de Frango	Carne Bovina	Peito de Frango
	Mandioquinha	Espinafre	Couve Flor	Mandioca	Batata
	Brócolis	Batata Doce	Abóbora	Cenoura	Couve Manteiga

Energia (kcal)	399	404	403	361	465
CHO (g)	61	63	60	48	62
PTN (g)	14	14	17	16	20
LPD (g)	11	11	11	12	16
Vit. A (mcg)	292	320	1891	327	351
Vit. C (mg)	36	33	47	67	47
Ca (mg)	246	250	251	250	271
Fe (mg)	5	5	6	4	6

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
406	59	16	12
	58%	16%	26%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
636	46	254	5


Cintia Silveira da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRN - 31140

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Os alimentos das papinhas devem ser amassados ou raspados; Todos os alimentos devem ser bem cozidos; Para esfriar a papinha deve se mexer com a colher, nunca soprar, começar a servir pelas bordas, pois esfriam antes; Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: 07 A 11 MESES - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: NOVEMBRO 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 15/11/2021	TERÇA 16/11/2021	QUARTA 17/11/2021	QUINTA 18/11/2021	SEXTA 19/11/2021
LANCHE Manhã: 08:00		Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil

ALMOCO Manhã: 10:00	FERIADO	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
		Arroz	Arroz	Macarrão	Arroz
		Feijão	Feijão	Ervilha	Feijão
		Peito de Frango	Carne Bovina	Filé de Sobrecoxa	Carne Bovina
		Mandioca	Brócolis	Batata Doce	Abóbora
		Cenoura	Mandioquinha	Abobrinha	Espinafre


LANCHE Tarde: 12:00		Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
------------------------	--	------------------	------------------	------------------	------------------

LANCHE Tarde: 13:30		Pera	Banana	Mamão	Banana
------------------------	--	------	--------	-------	--------

JANTAR Tarde: 15:00		Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
		Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
		Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
		Carne Bovina	Peito de Frango	Carne Bovina	Ovo Cozido
		Couve Flor	Abobrinha	Brócolis	Mandioquinha
		Batata Doce	Abóbora	Cenoura	Couve Manteiga

Energia (kcal)		392	401	369	461
CHO (g)		55	59	55	61
PTN (g)		17	17	13	20
LPD (g)		12	11	11	16
Vit. A (mcg)		305	1899	358	358
Vit. C (mg)		35	42	65	45
Ca (mg)		246	249	246	275
Fe (mg)		5	6	4	6

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
405	58	16	12
	58%	16%	26%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
643	45	254	5


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRA - 341.00

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Os alimentos das papinhas devem ser amassados ou raspados; Todos os alimentos devem ser bem cozidos; Para esfriar a papinha deve se mexer com a colher, nunca soprar, começar a servir pelas bordas, pois esfriam antes; Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: 07 A 11 MESES - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: NOVEMBRO 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 22/11/2021	TERÇA 23/11/2021	QUARTA 24/11/2021	QUINTA 25/11/2021	SEXTA 26/11/2021
LANCHE Manhã: 08:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil

ALMOÇO Manhã: 10:00	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
	Arroz	Macarrão	Arroz	Macarrão	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Ervilha	Feijão
	Carne Bovina	Filé de Sobrecoxa	Fígado Bovino	Peito de Frango	Carne Bovina
	Couve Manteiga	Brócolis	Mandioquinha	Abóbora	Cenoura
	Beterraba	Tomate	Couve Flor	Batata	Mandioca

LANCHE Tarde: 12:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
------------------------	------------------	------------------	------------------	------------------	------------------

LANCHE Tarde: 13:30	Maçã	Pera	Banana	Mamão	Banana
------------------------	------	------	--------	-------	--------

JANTAR Tarde: 15:00	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Filé de Sobrecoxa	Carne Bovina	Peito de Frango	Carne Bovina	Peito de Frango
	Mandioca	Espinafre	Tomate	Vagem	Abobrinha
	Brócolis	Batata Doce	Abóbora	Cenoura	Couve Manteiga

Energia (kcal)	405	405	401	355	466
CHO (g)	63	63	59	47	62
PTN (g)	14	14	17	16	20
LPD (g)	11	11	11	12	16
Vit. A (mcg)	288	313	1899	334	353
Vit. C (mg)	39	36	43	65	47
Ca (mg)	251	254	245	248	271
Fe (mg)	5	5	6	4	6

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
406	59	16	12
	58%	16%	26%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
637	46	545	5

Cintia Cristina da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRM - 36970

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Os alimentos das papinhas devem ser amassados ou raspados; Todos os alimentos devem ser bem cozidos; Para esfriar a papinha deve se mexer com a colher, nunca soprar, começar a servir pelas bordas, pois esfriam antes; Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: 07 A 11 MESES - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: NOVEMBRO - DEZEMBRO 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 29/11/2021	TERÇA 30/11/2021	QUARTA 01/12/2021	QUINTA 02/12/2021	SEXTA 03/12/2021
LANCHE Manhã: 08:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil

ALMOCO Manhã: 10:00	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
	Arroz	Macarrão	Arroz	Macarrão	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Ervilha	Feijão
	Carne Bovina	Peito de Frango	Fígado Bovino	Filé de Sobrecoxa	Carne Bovina
	Brócolis	Batata Doce	Abóbora	Cenoura	Couve Manteiga
	Abobrinha	Tomate	Espinafre	Mandiocinha	Abobrinha


LANCHE Tarde: 12:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
------------------------	------------------	------------------	------------------	------------------	------------------

LANCHE Tarde: 13:30	Maçã	Pera	Banana	Mamão	Banana
------------------------	------	------	--------	-------	--------

JANTAR Tarde: 15:00	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Filé de Sobrecoxa	Carne Bovina	Peito de Frango	Carne Bovina	Ovo Cozido
	Mandiocinha	Couve Flor	Abobrinha	Beterraba	Mandiocinha
	Couve Manteiga	Cenoura	Brócolis	Batata Doce	Abóbora

Energia (kcal)	402	396	397	374	458
CHO (g)	62	56	58	56	60
PTN (g)	14	17	17	13	20
LPD (g)	11	12	11	11	16
Vit. A (mcg)	306	315	1912	342	342
Vit. C (mg)	39	36	42	64	45
Ca (mg)	251	247	253	247	271
Fe (mg)	5	5	6	4	6

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
405	58	16	12
	58%	15%	27%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
643	45	254	5


Cíntia Cristina de Souza
Nutricionista da Divisão de Alimentação
Escolar - Limeira - SP

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Os alimentos das papinhas devem ser amassados ou raspados; Todos os alimentos devem ser bem cozidos; Para esfriar a papinha deve se mexer com a colher, nunca soprar, começar a servir pelas bordas, pois esfriam antes; Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.