



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: EMES/EJA - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 14 ANOS - PERÍODO NOTURNO

MÊS E ANO: JUNHO 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	06/06/2022	07/06/2022	08/06/2022	09/06/2022	10/06/2022
JANTAR Noite: 18:00 - 20:00	Arroz	Arroz Integral	Sopa de Macarrão, Carne Moída, Abobrinha e Mandioquinha	Pão com Sobrecoxa de Frango Desfiada, Ricota e Escarola	Arroz
	Feijão	Feijão			Feijão
	Nuggets de Merluza Assado	Peito de Frango ao Molho de Tomate	Arroz Doce	Suco de Uva	Bife Bovino Acebollado
	Salada de Repolho	Polenta Salada de Chuchu		Banana	Salada de Couve Mamão

Energia (kcal)	422	486	420	690	515
CHO (g)	68	75	59	118	67
PTN (g)	18	27	25	27	27
LPD (g)	9	8	9	13	11

Composição Nutricional (Média Semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 15 a 35% do VET
507	79	24	10
	62%	20%	18%

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

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

Cíntia Lúcia de Siqueira  
Nutricionista - Divisão de Alimentação e Nutrição Escolar



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: EMES/EJA - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 14 ANOS - PERÍODO NOTURNO

MÊS E ANO: JUNHO 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	13/06/2022	14/06/2022	15/06/2022	16/06/2022	17/06/2022
JANTAR Noite: 18:00 - 20:00	Arroz	Arroz	Sopa de Macarrão, Sobrecoxa, Cenoura e Mandioca	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
	Feijão	Feijão			
	Peito de Frango Acebolado	Carne Bovina em Tiras ao Molho Rose	Maçã		
	Salada de Beterraba	Batata Assada Salada de Acelga			

Energia (kcal)	419	567	462		
CHO (g)	62	88	83		
PTN (g)	27	27	24		
LPD (g)	7	13	5		

Composição Nutricional (Média Semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 15 a 35% do VET
483	78	26	8
	64%	21%	15%

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

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

Cíntia Cristiane da Silva  
Nutricionista da Divisão de Alimentação  
e Nutrição Escolar CRN 34140



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: EMES/EJA - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 14 ANOS - PERÍODO NOTURNO

MÊS E ANO: JUNHO 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	20/06/2022	21/06/2022	22/06/2022	23/06/2022	24/06/2022
JANTAR Noite: 18:00 - 20:00	Arroz	Arroz	Arroz	Sopa de Macarrão, Feijão, Sobrecoxa, Chuchu e Abóbora	Sanduiche de Carne Cremoso (Pão Hot Dog Integral com Carne Bovina Moída refogada com Tomate e Requeijão Caseiro)
	Feijão	Feijão	Feijão		
	Carne Bovina em Cubos Refogada	Peito de Frango Refogado	Fígado Bovino Acebolado		
	Salada de Repolho	Salada de Beterraba Maçã	Salada de Alface Banana	Arroz Doce	Suco de Uva

Energia (kcal)	409	508	548	442	540
CHO (g)	52	86	92	75	77
PTN (g)	25	27	27	26	27
LPD (g)	10	7	9	5	12

Composição Nutricional (Média Semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) a 15% do VET	LPD (g) 15 a 35% do VET
489	76	26	9
	62%	22%	16%

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

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

Cinthia Cristiane da Silva  
Nutricionista da Divisão de Alimentação  
e Nutrição Escolar (020) - 34040



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: EMES/EJA - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 14 ANOS - PERÍODO NOTURNO

MÊS E ANO: JUNHO - JULHO 2022


REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	27/06/2022	28/06/2022	29/06/2022	30/06/2022	01/07/2022
JANTAR Noite: 18:00 - 20:00	Sopa de Feijão, Macarrão, Carne Bovina em Cubos, Batata e Cenoura	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
		Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Filé de Sobrecoxa Refogada	Moqueca de Peixe (Mandioca, Tomate, Pimentão, Cheiro Verde e Molho de Tomate)	Torta de Ricota (Recheada com Patê de Frango)	Carne Bovina em Tiras Acebolada	
	Maçã	Salada de Acelga	Salada de Escarola Banana	Salada de Pepino	Salada de Couve

Energia (kcal)	573	424	558	413	290
CHO (g)	93	55	103	66	57
PTN (g)	31	22	24	15	27
LPD (g)	9	12	6	9	12

Composição Nutricional (Média Semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 15 a 35% do VET
454	75	24	10
	66%	21%	20%

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

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

  
Cintia Cristiane da Silva  
Nutricionista da Divisão de Alimentação  
e Nutrição Escolar CRN - 34140