



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 - ESCOLA 100 % INTEGRAL  
MÊS E ANO: SETEMBRO 2021

| REFEIÇÃO/<br>HORÁRIO                         | SEGUNDA<br>06/09/2021 | TERÇA<br>07/09/2021 | QUARTA<br>08/09/2021 | QUINTA<br>09/09/2021 | SEXTA<br>10/09/2021 |
|--|-----------------------|---------------------|----------------------|----------------------|---------------------|
| LANCHE                                       |                       |                     | Leite                | Leite                | Leite               |
| Manhã: 07:00 - 08:00<br>Tarde: 15:00 - 16:00 |                       |                     | Biscoito             | Banana               | Mamão               |

| ALMOÇO<br>Manhã: 10:00 - 11:30<br>Tarde: 12:00 - 13:30 | PONTO<br>FACULTATIVO | FERIADO | Arroz  | Arroz                         | Arroz Integral           |
|--|----------------------|---------|--|-------------------------------|--------------------------|
|  |                      |         | Feijão   | Feijão                        | Feijão                   |
|  |                      |         | Ovos Primavera<br>(Cebola, Tomate,<br>Abobrinha, Brócolis,<br>Molho de Tomate e<br>Cheiro Verde) | Filé de Sobrecoxa<br>Refogado | Bife Bovino<br>Acebolado |
|  |                      |         | Maçã   | Salada de Alface              | Salada de Escarola       |

| LANCHE<br>Manhã: 10:00<br>Tarde: 14:00 |  |  | Suco de Uva                | Suco de Uva                     | Suco de Uva                |
|--|--|--|----------------------------|---------------------------------|----------------------------|
|  |  |  | Pão com Frango<br>Refogado | Pão com Carne<br>Moída ao Molho | Pão com Frango<br>Refogado |
|  |  |  |                            |                                 |                            |

|                |  |  |     |     |     |
|----------------|--|--|-----|-----|-----|
| Energia (kcal) |  |  | 816 | 736 | 763 |
| CHO (g)        |  |  | 131 | 110 | 117 |
| PTN (g)        |  |  | 32  | 34  | 37  |
| LPD (g)        |  |  | 18  | 17  | 16  |

| Composição Nutricional (Média Semanal) |                            |                            |                            |
|--|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| Energia (kcal)                         | CHO (g)<br>55 a 65% do VET | PTN (g)<br>10 a 15% do VET | LPD (g)<br>25 a 35% do VET |
| 771                                    | 119                        | 36                         | 18                         |
|  | 58%                        | 20%                        | 22%                        |

Cristiane da Silva  
Nutricionista da Divisão de Alimentação  
Escolar CRN - 34145

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 - ESCOLA 100 % INTEGRAL  
MÊS E ANO: SETEMBRO 2021


| REFEIÇÃO/<br>HORÁRIO                         | SEGUNDA<br>13/09/2021 | TERÇA<br>14/09/2021 | QUARTA<br>15/09/2021 | QUINTA<br>16/09/2021 | SEXTA<br>17/09/2021 |
|--|-----------------------|---------------------|----------------------|----------------------|---------------------|
| LANCHE                                       | Leite                 | Leite               |                      | Leite                | Leite               |
| Manhã: 07:00 - 08:00<br>Tarde: 15:00 - 16:00 | Biscoito              | Biscoito            |                      | Mamão                | Banana              |

| ALMOÇO<br>Manhã: 10:00 - 11:30<br>Tarde: 12:00 - 13:30 | Macarrão ao Sugo            | Arroz                      | FERIADO | Arroz                    | Arroz Integral                  |        |
|--|-----------------------------|----------------------------|---------|--------------------------|---------------------------------|--------|
|  |                             | Feijão                     |         | Feijão                   |                                 | Feijão |
|  | Carne Bovina Moída Refogada | Filé de Sobrecoxa Refogada |         | Peito de Frango Refogado | Carne Bovina em Flocos Refogada |        |
|  | Salada de Repolho           | Salada de Acelga           |         | Salada de Pepino         | Salada de Couve                 |        |
| Maçã   |                             |                            |         |                          |                                 |        |

| LANCHE                       | Suco de Uva             | Suco de Uva        |  | Suco de Uva | Suco de Uva             |
|------------------------------|-------------------------|--------------------|--|-------------|-------------------------|
| Manhã: 10:00<br>Tarde: 14:00 | Pão com Frango Refogado | Pão com Ovo Mexido |  | Bolo        | Pão com Frango Refogado |

|                |     |     |  |     |     |
|----------------|-----|-----|--|-----|-----|
| Energia (kcal) | 766 | 786 |  | 766 | 767 |
| CHO (g)        | 118 | 115 |  | 133 | 118 |
| PTN (g)        | 35  | 32  |  | 29  | 38  |
| LPD (g)        | 16  | 21  |  | 13  | 16  |

| Composição Nutricional (Média Semanal) |                            |                            |                            |
|--|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| Energia (kcal)                         | CHO (g)<br>55 a 65% do VET | PTN (g)<br>10 a 15% do VET | LPD (g)<br>25 a 35% do VET |
| 771                                    | 121                        | 33                         | 17                         |
|  | 62%                        | 18%                        | 20%                        |

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

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 - ESCOLA 100 % INTEGRAL  
MÊS E ANO: SETEMBRO 2021

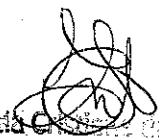
| REFEIÇÃO/<br>HORÁRIO                         | SEGUNDA<br>20/09/2021 | TERÇA<br>21/09/2021 | QUARTA<br>22/09/2021 | QUINTA<br>23/09/2021 | SEXTA<br>24/09/2021 |
|--|-----------------------|---------------------|----------------------|----------------------|---------------------|
| LANCHE                                       | Leite                 | Leite               | Leite                | Leite                | Leite               |
| Manhã: 07:00 - 08:00<br>Tarde: 15:00 - 16:00 | Biscoito              | Biscoito            | Banana               | Mamão                | Banana              |

|  |                                   |                             |                            |                             |                                    |
|--|-----------------------------------|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|------------------------------------|
| ALMOÇO<br>Manhã: 10:00 - 11:30<br>Tarde: 12:00 - 13:30 | Macarrão ao Sugo                  | Arroz Integral              | Arroz                      | Arroz                       | Arroz                              |
|  |                                   | Feijão                      | Feijão                     | Feijão                      | Feijão                             |
|  | Carne Bovina em<br>Cubos Refogada | Peito de Frango<br>Refogado | Fígado Bovino<br>Acebolado | Filé de Sobrecoxa<br>Assada | Carne Bovina em<br>Flocos Refogada |
|  | Salada de Acelga<br>Maçã          | Salada de Beterraba         | Salada de Escarola         | Salada de Alface            | Salada de Pepino                   |

|  |                            |                    |                            |                                 |             |
|--|----------------------------|--------------------|----------------------------|---------------------------------|-------------|
| LANCHE<br>Manhã: 10:00<br>Tarde: 14:00 | Suco de Uva                | Suco de Uva        | Suco de Uva                | Suco de Uva                     | Suco de Uva |
|  | Pão com Frango<br>Refogado | Pão com Ovo Mexido | Pão com Frango<br>Refogado | Pão com Carne<br>Moída ao Molho | Bolo        |

|                |     |     |     |     |     |
|----------------|-----|-----|-----|-----|-----|
| Energia (kcal) | 789 | 769 | 764 | 724 | 840 |
| CHO (g)        | 119 | 117 | 123 | 109 | 145 |
| PTN (g)        | 35  | 34  | 37  | 35  | 29  |
| LPD (g)        | 19  | 17  | 14  | 17  | 16  |

| Composição Nutricional (Média Semanal) |                            |                            |                            |
|--|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| Energia (kcal)                         | CHO (g)<br>55 a 65% do VET | PTN (g)<br>10 a 15% do VET | LPD (g)<br>25 a 35% do VET |
| 777                                    | 122                        | 34                         | 17                         |
|  | 62%                        | 18%                        | 20%                        |

  
Cintia Cristina da Silva  
Nutricionista da Divisão de Alimentação  
e Nutrição Escolar CRM - 34143

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 - ESCOLA 100 % INTEGRAL  
MÊS E ANO: SETEMBRO/OUTUBRO 2021

| REFEIÇÃO/<br>HORÁRIO                                   | SEGUNDA    | TERÇA      | QUARTA     | QUINTA     | SEXTA      |
|--|------------|------------|------------|------------|------------|
|  | 27/09/2021 | 28/09/2021 | 29/09/2021 | 30/09/2021 | 01/10/2021 |
| LANCHE<br>Manhã: 07:00 - 08:00<br>Tarde: 15:00 - 16:00 | Leite      | Leite      | Leite      | Leite      | Leite      |
|  | Biscoito   | Biscoito   | Banana     | Mamão      | Banana     |

| ALMOÇO<br>Manhã: 10:00 - 11:30<br>Tarde: 12:00 - 13:30 | Arroz                           | Macarrão ao Sugo           | Arroz                     | Arroz                    | Arroz Integral                              |
|--|---------------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------------|---|
|  | Feijão                          |                            | Feijão                    | Feijão                   | Feijão                                      |
|  | Carne Bovina em Flocos Refogada | Filé de Sobrecoxa Refogada | Nuggets de Merluza Assado | Peito de Frango Refogado | Carne Bovina em Cubos Refogada com Mandioca |
|  | Salada de Beterraba<br>Maçã     | Salada de Repolho          | Salada de Escarola        | Salada de Alface         | Salada de Tomate                            |

| LANCHE<br>Manhã: 10:00<br>Tarde: 14:00 | Suco de Uva             | Suco de Uva        | Suco de Uva             | Suco de Uva                  | Suco de Uva |
|--|-------------------------|--------------------|-------------------------|------------------------------|-------------|
|  | Pão com Frango Refogado | Pão com Ovo Mexido | Pão com Frango Refogado | Pão com Carne Moída ao Molho | Biscoito    |

|                |     |     |     |     |     |
|----------------|-----|-----|-----|-----|-----|
| Energia (kcal) | 834 | 727 | 779 | 670 | 680 |
| CHO (g)        | 131 | 104 | 132 | 107 | 109 |
| PTN (g)        | 38  | 29  | 32  | 37  | 28  |
| LPD (g)        | 16  | 21  | 14  | 13  | 16  |

| Composição Nutricional (Média Semanal) |                            |                            |                            |
|--|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| Energia (kcal)                         | CHO (g)<br>55 a 65% do VET | PTN (g)<br>10 a 15% do VET | LPD (g)<br>25 a 35% do VET |
| 738                                    | 116                        | 33                         | 16                         |
|  | 62%                        | 18%                        | 20%                        |

  
Cintia Cristiane da Silva  
Nutricionista da Divisão de Alimentação  
e Nutrição Escolar GRN - 34148

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