



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 - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: AGOSTO 2021


| REFEIÇÃO/ HORÁRIO | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA |
|--|------------|------------|------------|----------------|------------|
| | 02/08/2021 | 03/08/2021 | 04/08/2021 | 05/08/2021 | 06/08/2021 |
| LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:00 - 16:00 | Leite | Leite | Leite | Leite | Leite |
| | Maçã | Biscoito | Banana | Pão com Geléia | Biscoito |

| ALMOÇO Manhã: 10:00 - 11:30 Tarde: 12:00 - 13:30 | Arroz | Sopa de Macarrão, Peito de Frango, Vagem e Mandioquinha | Arroz Integral | Arroz | Arroz |
|--|--|--|-----------------------------------|-------------------------------|--------------------------|
| | Feijão | | Feijão | Feijão | Feijão |
| | Ovos Primavera (Cebola, Tomate, Abobrinha, Brócolis, Molho de Tomate e Cheiro Verde) | | Carne Bovina em Cubos Refogada | Filé de Sobrecoxa Refogado | Bife Bovino Acebolado |
| | | | Salada de Pepino | Salada de Alface | Salada de Beterraba |

| LANCHE Manhã: 10:00 Tarde: 14:00 | Leite | Leite | Leite | Leite | Leite |
|--|----------|----------------------------------|----------|--------|-------|
| | Biscoito | Pão com Carne Bovina Refogada | Biscoito | Banana | Mamão |

| | | | | | |
|----------------|-----|-----|-----|-----|-----|
| Energia (kcal) | 605 | 694 | 717 | 699 | 633 |
| CHO (g) | 84 | 84 | 102 | 89 | 80 |
| PTN (g) | 25 | 39 | 38 | 34 | 32 |
| LPD (g) | 19 | 22 | 18 | 23 | 21 |

| 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 |
| 670 | 88 | 34 | 20 |
| | 53% | 20% | 27% |


Cintia 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 - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: AGOSTO 2021


| REFEIÇÃO/ HORÁRIO | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA |
|--|------------|------------|----------------------|------------|------------|
| | 09/08/2021 | 10/08/2021 | 11/08/2021 | 12/08/2021 | 13/08/2021 |
| LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:00 - 16:00 | Leite | Leite | Leite | Leite | Leite |
| | Biscoito | Pera | Pão com Ovos Mexidos | Mamão | Bolo |

| ALMOÇO Manhã: 10:00 - 11:30 Tarde: 12:00 - 13:30 | Sopa de Macarrão, Carne Bovina, Escarola, Tomate e Abobrinha | Arroz | Arroz | Arroz | Arroz |
|--|---|----------------------------|--|--------------------------|---------------------------------|
| | | Feijão | Feijão | Feijão | Feijão |
| | | Filé de Sobrecoxa Refogada | Moqueca de Peixe (com Mandioca, Tomate, Pimentão e Cebola) | Peito de Frango Refogado | Carne Bovina em Flocos Refogada |
| | | Salada de Repolho | Salada de Alface | Salada de Couve | Salada de Beterraba |

| LANCHE Manhã: 10:00 Tarde: 14:00 | Leite | Leite | Leite | Leite | Leite |
|--|--|-------------------------------|--------|----------|-------------------------|
| | Pão com Sobrecoxa Refogada e Vinagrete | Pão com Carne Bovina Refogada | Banana | Biscoito | Pão com Frango Refogado |

| | | | | | |
|----------------|-----|-----|-----|-----|-----|
| Energia (kcal) | 555 | 709 | 725 | 599 | 962 |
| CHO (g) | 72 | 90 | 106 | 80 | 130 |
| PTN (g) | 28 | 38 | 35 | 32 | 43 |
| LPD (g) | 17 | 22 | 18 | 17 | 29 |

| 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 |
| 710 | 95 | 35 | 21 |
| | 54% | 20% | 26% |


Cláudia Cristina da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRN - 30120

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 - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: AGOSTO 2021


| REFEIÇÃO/ HORÁRIO | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA |
|--|------------|-------------------------|------------|------------|------------|
| | 16/08/2021 | 17/08/2021 | 18/08/2021 | 19/08/2021 | 20/08/2021 |
| LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:00 - 16:00 | Leite | Leite | Leite | Leite | Leite |
| | Biscoito | Pão com Ovos Mexidos | Banana | Mamão | Biscoito |

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

| | | | | | |
|--|---|----------|----------------------------------|----------------------------------|-------|
| LANCHE Manhã: 10:00 Tarde: 14:00 | Leite | Leite | Leite | Leite | Leite |
| | Pão com Sobrecoxa Refogada e Vinagrete | Biscoito | Pão com Carne Bovina Refogada | Pão com Carne Bovina ao Molho | Mamão |

| | | | | | |
|----------------|-----|-----|-----|-----|-----|
| Energia (kcal) | 577 | 824 | 661 | 693 | 708 |
| CHO (g) | 72 | 102 | 93 | 87 | 99 |
| PTN (g) | 28 | 48 | 32 | 39 | 34 |
| LPD (g) | 20 | 24 | 19 | 22 | 19 |

| 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 |
| 693 | 91 | 36 | 21 |
| | 52% | 21% | 27% |


Coordenadora de Alimentação Escolar
e Nutrição Escolar (44) - 3404

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 - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: AGOSTO 2021

| REFEIÇÃO/ HORÁRIO | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA |
|--|------------|-------------------------|------------|------------|------------|
| | 23/08/2021 | 24/08/2021 | 25/08/2021 | 26/08/2021 | 27/08/2021 |
| LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:00 - 16:00 | Leite | Leite | Leite | Leite | Leite |
| | Biscoito | Pão com Ovos Mexidos | Banana | Biscoito | Mamão |

| ALMOÇO Manhã: 10:00 - 11:30 Tarde: 12:00 - 13:30 | Arroz | Macarrão ao Sugo | Arroz | Arroz | Arroz |
|--|------------------------------------|-------------------------------|--------------------|-----------------------------|-----------------------------------|
| | Feijão | | Feijão | Feijão | Feijão |
| | Carne Bovina em Flocos Refogada | Filé de Sobrecoxa Refogada | Quibe Assado | Peito de Frango Refogado | Carne Bovina em Cubos Refogada |
| | Salada de Repolho | Salada de Beterraba | Salada de Escarola | Salada de Alface | Salada de Tomate |

| LANCHE Manhã: 10:00 Tarde: 14:00 | Leite | Leite | Leite | Leite | Leite |
|--|----------------------------------|----------|----------------------------|--------|-------|
| | Pão com Carne Bovina ao Molho | Biscoito | Pão com Frango Refogado | Banana | Bolo |

| | | | | | |
|----------------|-----|-----|-----|-----|-----|
| Energia (kcal) | 622 | 749 | 748 | 671 | 660 |
| CHO (g) | 85 | 85 | 110 | 88 | 90 |
| PTN (g) | 32 | 36 | 36 | 37 | 32 |
| LPD (g) | 18 | 29 | 19 | 19 | 21 |

| 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 |
| 690 | 92 | 34 | 21 |
| | 53% | 20% | 27% |


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar - 0102 - 34170

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 - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: AGOSTO/SETEMBRO 2021

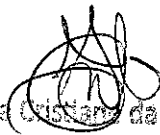
| REFEIÇÃO/ HORÁRIO | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA |
|--|------------|-------------------------|------------|------------|------------|
| | 30/08/2021 | 31/08/2021 | 01/09/2021 | 02/09/2021 | 03/09/2021 |
| LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:00 - 16:00 | Leite | Leite | Leite | Leite | Leite |
| | Biscoito | Pão com Ovos Mexidos | Banana | Mamão | Bolo |

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

| LANCHE Manhã: 10:00 Tarde: 14:00 | Leite | Leite | Leite | Leite | Leite |
|--|---|----------|----------------------------------|----------|-------|
| | Pão com Sobrecoxa Refogada e Vinagrete | Biscoito | Pão com Carne Bovina Refogada | Biscoito | Maçã |

| | | | | | |
|----------------|-----|-----|-----|-----|-----|
| Energia (kcal) | 635 | 750 | 727 | 598 | 774 |
| CHO (g) | 83 | 85 | 100 | 79 | 114 |
| PTN (g) | 31 | 36 | 38 | 32 | 32 |
| LPD (g) | 20 | 29 | 20 | 18 | 21 |

| 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 |
| 697 | 92 | 34 | 21 |
| | 53% | 19% | 28% |


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar - 021 - 3404

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