



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 PARCIAL
MÊS E ANO: MARÇO DE 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	01/03/2021	02/03/2021	03/03/2021	04/03/2021	05/03/2021
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:00 - 16:00	Maçã	Biscoito	Banana	Pão com Geléia	Biscoito

ALMOÇO	Arroz	Macarrão ao Sugo	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão		Feijão	Feijão	Feijão
Manhã: 10:00 - 11:30 Tarde: 12:00 - 13:30	Ovos Primavera (Cebola, Tomate, Abobrinha, Cenoura, Molho de Tomate e Cheiro Verde)	Peito de Frango Refogado	Carne Bovina Moída Refogada	Filé de Sobrecoxa Refogado	Bife Bovino Acebolado
		Salada de Pepino	Salada de Cenoura	Salada de Chuchu	Salada de Beterraba

Energia (kcal)	404	410	465	607	507
CHO (g)	58	52	67	70	64
PTN (g)	18	23	27	32	27
LPD (g)	11	12	10	21	16

Composição Nutricional (Média Semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 15 a 30% do VET
479	63	25	14
	52%	21%	27%


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRM - 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 PARCIAL
MÊS E ANO: MARÇO DE 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	08/03/2021	09/03/2021	10/03/2021	11/03/2021	12/03/2021
LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:00 - 16:00	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
	Biscoito	Maçã	Pão com Ovos Mexidos	Mamão	Bolo

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

Energia (kcal)	421	435	544	398	650
CHO (g)	53	58	75	56	98
PTN (g)	23	22	29	26	28
LPD (g)	13	13	13	9	16

Composição Nutricional (Média Semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 15 a 30% do VET
490	68	26	13
	55%	21%	24%


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 PARCIAL
MÊS E ANO: MARÇO DE 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	15/03/2021	16/03/2021	17/03/2021	18/03/2021	19/03/2021
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:00 - 16:00	Biscoito	Pão com Ovos Mexidos	Banana	Mamão	Pão com Geléia

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

Energia (kcal)	432	581	463	420	582
CHO (g)	51	70	69	55	83
PTN (g)	23	34	25	23	29
LPD (g)	15	17	10	13	14

Composição Nutricional (Média Semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 15 a 30% do VET
496	66	27	14
	53%	22%	25%


Cláudio Wilson da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar - CNU - 34165

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 PARCIAL
MÊS E ANO: MARÇO DE 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	22/03/2021	23/03/2021	24/03/2021	25/03/2021	26/03/2021
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	Macarrão ao Sugo	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão		Feijão	Feijão	Feijão
	Carne Bovina Moída Refogada	Filé de Sobrecoxa Refogada	Nuggets de Merluza	Peito de Frango Refogado	Carne Bovina em Cubos Refogada com Batata
	Salada de Beterraba	Salada de Repolho	Salada de Escarola	Salada de Alface	

Energia (kcal)	422	438	478	537	487
CHO (g)	59	53	78	69	63
PTN (g)	25	21	20	32	23
LPD (g)	10	16	11	14	15

Composição Nutricional (Média Semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 15 a 30% do VET
472	64	25	13
	54%	21%	25%


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.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

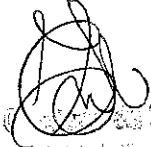
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO: EMEI - EMEIEF - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 3 ANOS - PERÍODO PARCIAL
MÊS E ANO: MARÇO DE 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	29/03/2021	30/03/2021	31/03/2021	01/04/2021	02/04/2021
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	
Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:00 - 16:00	Maçã	Biscoito	Pão com Ovos Mexidos	Mamão	

ALMOÇO	Arroz	Macarrão ao Sugo	Arroz	Arroz	FERIADO	
	Feijão		Feijão	Feijão		
	Manhã: 10:00 - 11:30 Tarde: 12:00 - 13:30	Carne Bovina em Cubos Refogada	Filé de Sobrecoxa Refogada	Carne Bovina Moída Refogada		Peito de Frango Refogado com Mandioca
	Salada de Repolho	Salada de Acelga	Salada de Alface			

Energia (kcal)	434	439	546	408	
CHO (g)	57	53	69	58	
PTN (g)	24	21	32	25	
LPD (g)	12	16	15	9	

Composição Nutricional (Média Semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	55 a 65% do VET	10 a 15% do VET	15 a 30% do VET
493	66	26	14
	54%	21%	25%


LIMEIRA, 08 de 2021

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