



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: OUTUBRO 2021


REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	04/10/2021	05/10/2021	06/10/2021	07/10/2021	08/10/2021
LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:00 - 16:00	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral
	Maçã	Biscoito	Banana	Biscoito	Flocos de Milho

ALMOÇO Manhã: 10:00 - 11:30 Tarde: 12:00 - 13:30	Arroz	Macarrão	Arroz	Arroz	Arroz Integral
	Feijão		Feijão	Feijão	Feijão
	Ovos Primavera (Cebola, Tomate, Abobrinha, Brócolis e Cheiro Verde)	Peito de Frango Refogado Refogado com Tomate	Carne Bovina Moída Refogada com Cenoura	Filé de Sobrecoxa Refogado	Bife Bovino Acebolado
	Salada de Acelga	Salada de Pepino	Salada de Alface Maçã	Salada de Escarola Mamão	Salada de Couve Banana

LANCHE Manhã: 10:00 Tarde: 14:00	Suco de Uva Integral	Leite Integral	Suco de Uva Integral	Suco de Uva Integral	Leite Integral
	Biscoito	Flocos de Milho	Pão com Frango Refogado	Biscoito	Mamão

Energia (kcal)	635	694	766	714	731
CHO (g)	105	84	123	108	11
PTN (g)	21	39	37	26	34
LPD (g)	15	22	14	19	18

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	111	30	16
	62%	17%	21%


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRN - 34149

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: OUTUBRO 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	11/10/2021	12/10/2021	13/10/2021	14/10/2021	15/10/2021
LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:00 - 16:00			Leite Integral Biscoito	Leite Integral Bolo de Chocolate	Leite Integral Banana

ALMOÇO Manhã: 10:00 - 11:30 Tarde: 12:00 - 13:30	REUNIÃO PEDAGÓGICA	FERIADO	Arroz Feijão Nuggets de Merluza Assado Salada de Repolho Maçã	Macarrão a Bolonhesa Salada de Frutas (Banana, Maçã e Mamão)	Arroz Feijão Bife Bovino Acebolado Salada de Alface Mamão
--	-----------------------	---------	--	--	--

LANCHE Manhã: 10:00 Tarde: 14:00			Leite Integral Flocos de Milho	Suco de Uva Integral Biscoito	Suco de Uva integral Biscoito
--	--	--	-----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

Energia (kcal)			846	819	699
CHO (g)			142	140	113
PTN (g)			30	27	27
LPD (g)			19	16	16

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
748	120 64%	30 16%	16 20%


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: OUTUBRO 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	18/10/2021	19/10/2021	20/10/2021	21/10/2021	22/10/2021
LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:00 - 16:00	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral
	Biscoito	Flocos de Milho	Banana	Pão com Geléia	Mamão

ALMOÇO Manhã: 10:00 - 11:30 Tarde: 12:00 - 13:30	Macarrão	Arroz	Arroz	Arroz Integral	Arroz
		Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Carne Bovina em Cubos Refogada com Tomate	Peito de Frango Refogado com Brócolis	Fígado Bovino Acebolado	Filé de Sobrecoxa Refogada com Mandioca	Carne Bovina em Flocos Refogada
		Salada de Acelga	Salada de Pepino	Salada de Escarola	Salada de Couve Manteiga
	Maçã	Maçã	Banana		

LANCHE Manhã: 10:00 Tarde: 14:00	Leite Integral	Suco de Uva Integral	Suco de Uva Integral	Suco de Uva Integral	Suco de Uva Integral
	Maçã	Biscoito	Pão com Frango Refogado	Biscoito	Pão com Carne Moída Refogada com Cenoura

Energia (kcal)	577	791	764	866	728
CHO (g)	72	140	123	154	104
PTN (g)	28	31	37	29	36
LPD (g)	20	12	14	16	18

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
745	118	32	16
	64%	17%	19%


Cinda 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: OUTUBRO 2021


REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 25/10/2021	TERÇA 26/10/2021	QUARTA 27/10/2021	QUINTA 28/10/2021	SEXTA 29/10/2021
LANCHE	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral
Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:00 - 16:00	Biscoito	Biscoito	Banana	Pão com Ovo Mexido	Mamão

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

LANCHE	Leite Integral	Leite Integral	Suco de Uva Integral	Suco de Uva Integral	Suco de Uva Integral
Manhã: 10:00 Tarde: 14:00	Maçã	Flocos de Milho	Pão com Carne Bovina Refogada com Cenoura	Biscoito	Biscoito

Energia (kcal)	622	741	761	791	640
CHO (g)	85	110	125	122	99
PTN (g)	32	30	34	35	27
LPD (g)	18	21	14	17	16

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
711	108	32	17
	61%	18%	22%


Nutricionista: [Nome] do [Instituição]
Endereço: [Endereço]
Telefone: [Telefone]

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