

Cardápio: LANCHE NOTURNO

Mês: Outubro

	SEGUNDA-FEIRA 07/10	TERÇA-FEIRA 08/10	QUARTA-FEIRA 09/10	QUINTA-FEIRA 10/10	SEXTA-FEIRA 11/10
LANCHE	Pão com Omelete (com Cebola e Tomate)/ Composto Lácteo Chocolate	Pão com Sobrecoxa ao Molho/ Composto Lácteo Chocolate	Pão com Carne Bovina Refogada com Tomate e Cebola/ Bolo de Chocolate (Preparo)/ Composto Lácteo Morango	Pão com Carne de Frango Cozida, Requeijo e Cenoura Ralada/ Composto Lácteo Chocolate/ Pudim	Cachorro-Quente/ Mini Bolo/ Pipoca
CALORIAS (kcal)	337	363	563	555	632
CARBOIDRATO (G)	45	45	87	68	90
PROTEÍNA (G)	14	18	23	27	17
LÍPIDIOS (G)	11	12	13	20	23
VITAMINA A (Ug)	117	80	79	79	78
VITAMINA C (Mg)	11	11	11	13	11
FERRO (Mg)	4	4	5	4	4
MAGNÉSIO (Mg)	23	27	43	38	44
ZINCO (Mg)	3	3	4	3	3
CÁLCIO (Mg)	143	126	153	244	123
FIBRAS (G)	2	2	3	3	8

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

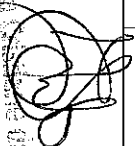
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
Rua João Kuhl Filho, s/nº, Vila São João.
Telefones: 3404-1846
E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: LANCHE NOTURNO

Mês: Outubro

LANCHE	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	14/10	15/10	16/10	17/10	18/10
REUNIÃO PEDAGÓGICA		PONTO FACULTATIVO	Pão com Carne Bovina Refogada com Tomate e Cebola/ Composto Lácteo Chocolate	Pão com Presunto e Tomate/ Composto Lácteo Chocolate/ Banana	Pão com Carne de Frango Cozida, Requeijão e Cenoura Ralada/ Composto Lácteo Chocolate
CALORIAS (kcal)			354	371	437
CARBOIDRATO (G)			45	65	48
PROTEÍNA (G)			20	13	24
LÍPIDIOS (G)			10	7	16
VITAMINA A (Ug)			79	78	79
VITAMINA C (Mg)			11	18	17
FERRO (Mg)			4	4	4
MAGNÉSIO (Mg)			29	48	42
ZINCO (Mg)			4	3	3
CÁLCIO (Mg)			124	145	145
FIBRAS (G)			2	4	4

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


CRISTINA DE OLIVEIRA DO SILVA
 Nutricionista do Serviço de Alimentação
 da Prefeitura Municipal
 CRM - 34140

Cardápio: LANCHE NOTURNO

Mês: Outubro

LANCHE	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	21/10	22/10	23/10	24/10	25/10
Pão com Carne Bovina Refogada com Tomate e Cebola/ Composto Lácteo Chocolate	Pão com Carne de Frango Cozida, Requeijão e Cenoura Ralada/ Composto Lácteo Baunilha	Pão com Mussarela e Tomate/ Composto Lácteo Chocolate/ Banana	Pão com Carne Bovina Moída Assada Refogada com Tomate e Cebola / Composto Lácteo Morango	Pão com Sobrecoxa ao Molho/Composto Lácteo Chocolate/ Maçã	
CALORIAS (kcal)	354	437	438	345	399
CARBOIDRATO (G)	45	48	65	45	54
PROTÉINA (G)	20	24	15	20	19
LÍPIDIOS (G)	10	16	14	9	12
VITAMINA A (Ug)	79	79	110	79	80
VITAMINA C (Mg)	11	17	16	11	74
FERRO (Mg)	4	4	4	4	4
MAGNÉSIO (Mg)	29	42	46	28	40
ZINCO (Mg)	4	3	4	5	3
CÁLCIO (Mg)	124	145	387	124	146
FIBRAS (G)	2	4	4	2	3

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
Rua João Kuhl Filho, s/nº, Vila São João.
Telefones: 3404-1846
E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: LANCHE NOTURNO

Mês: Outubro

LANCHE	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	28/10	29/10	30/10	31/10	01/11
	Pão com Carne de Frango Cozida, Requeijão e Cenoura Ralada/ Composto Lácteo Baunilha	Pão com Carne Bovina Moída Assada Refogada com Tomate e Cebola / Composto Lácteo Chocolate	Pão com Presunto e Tomate/ Composto Lácteo Chocolate/ Marmão	Pão com Sobrecoxa ao Molho/ Composto Lácteo Morango	Pão com Carne Bovina Refogada com Tomate e Cebola/ Composto Lácteo Chocolate
CALORIAS (kcal)	437	345	371	399	354
CARBOIDRATO (g)	48	45	65	54	45
PROTEÍNA (g)	24	20	13	19	20
LÍPIDIOS (g)	16	9	7	12	10
VITAMINA A (Ug)	79	79	78	80	79
VITAMINA C (Mg)	17	11	18	74	11
FERRO (Mg)	4	4	4	4	4
MAGNÉSIO (Mg)	42	28	48	40	29
ZINCO (Mg)	3	5	3	3	4
CÁLCIO (Mg)	145	124	145	146	124
FIBRAS (g)	4	2	4	3	2

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Planejamento Escolar