




PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR  
CARDÁPIO: EMES/EJA - ZONA RURAL E URBANA  
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 14 ANOS - PERÍODO NOTURNO  
MÊS E ANO: FEVEREIRO DE 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	15/02/2021	16/02/2021	17/02/2021	18/02/2021	19/02/2021
JANTAR Noite: 18:00 - 20:00	Macarrão ao Sugo	Pão com Sobrecoxa Refogada e Vinagrete	Arroz	Pão com Peito de Frango ao Molho de Tomate	Arroz
	Carne Bovina Moída Refogada		Feijão		Carne Bovina em Flocos Refogada
			Moqueca de Peixe (com Mandioca, Tomate e Cebola)		
	Salada de Repolho	Maçã	Salada de Alface	Mamão	Salada de Beterraba
	Suco de Laranja	Suco de Laranja	Suco de Laranja	Suco de Laranja	Suco de Laranja

Energia (kcal)	309	333	363	316	398
CHO (g)	49	61	65	59	62
PTN (g)	17	11	17	12	20
LPD (g)	5	6	4	4	8

Composição Nutricional (Média Semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 15 a 35% do VET
344	56	15	5
	69%	18%	13%

  
D<sup>a</sup> Cristiane da Silva  
Nutricionista da Divisão de Alimentação  
e Nutrição Escolar CRN - 84100

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: EMES/EJA - ZONA RURAL E URBANA  
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 14 ANOS - PERÍODO NOTURNO  
MÊS E ANO: FEVEREIRO DE 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	22/02/2021	23/02/2021	24/02/2021	25/02/2021	26/02/2021
JANTAR Noite: 18:00 - 20:00	Pão com Carne Bovina Moída ao Molho de Tomate	Macarrão com Salsicha ao Molho	Arroz	Pão com Peito de Frango ao Molho de Tomate	Arroz
			Feijão		Feijão
			Filé de Sobrecoxa Refogada		Carne Bovina em Cubos Refogada com Batata
	Maçã	Salada de Repolho	Salada de Escarola	Mamão	
	Suco de Laranja	Suco de Laranja	Suco de Laranja	Suco de Laranja	Suco de Laranja

Energia (kcal)	329	326	476	316	378
CHO (g)	62	49	93	59	61
PTN (g)	12	14	15	12	19
LPD (g)	4	8	6	4	7

Composição Nutricional (Média Semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 15 a 35% do VET
365	65	15	6
	70%	16%	14%

  
**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.