

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: CI (6 meses a 1 ano)

Mês: Novembro

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DEJEJUM	04/11 Leite	05/11 Leite	06/11 Leite	07/11 Leite	08/11 Leite
LANCHE	Suco de Laranja	Suco de Maracujá	Suco de Limão com Beterraba	Suco de Abacaxi	Suco de Melancia
ALMOÇO	Sopa de Arroz/Ervilha/ Sobrecoxa/Abóbora/ Cenoura	Sopa de Macarrão/ Feijão/Frango/ Abobrinha/Chuchu	Sopa de Ervilha/ Arroz/Carne Bovina/ Batata/Couve-Flor	Sopa de Feijão/Arroz/ Carne Bovina/Batata /Espinafre	Sopa de Feijão/ Arroz/Sobrecoxa/ Mandioca/Abobrinha
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Mingau de Malsena	Maçã	Banana	Maçã	Mamão
JANTAR	Sopa de Feijão/Macarrão Carne Bovina/Espinafre/ Batata	Sopa de Fubá/Carne Bovina/Couve-Flor/ Cenoura	Sopa de Macarrão/ Feijão/Sobrecoxa/ Abobrinha/Chuchu	Sopa de Fubá/Frango/ Vagem/Tomate	Sopa de Macarrão/ Feijão/Fígado/ Abóbora/Brcócolis
CALORIAS (kcal)	598	455	514	456	487
CARBOIDRATO (g)	74	59	70	60	64
PROTEÍNA (g)	24	20	21	19	20
LÍPIDIOS (g)	23	16	17	16	17
VITAMINA A (Ug)	397	265	265	265	1852
VITAMINA C (Mg)	68	45	61	53	82
FERRO (Mg)	8	5	6	5	7
MAGNÉSIO (Mg)	87	60	80	66	73
ZINCO (Mg)	6	4	5	4	5
CÁLCIO (Mg)	489	319	325	331	342
FIBRAS (g)	3	3	4	4	4

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: CI (6 meses a 1 ano)

Mês: Novembro

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DEJEJUM	18/11 Leite	19/11 Leite	20/11	21/11 Leite	22/11 Leite
LANCHE	Suco de Abacaxi	Suco de Melão		Suco de Laranja com Beterraba	Suco de Melancia
ALMOÇO	Sopa de Feijão/Arroz/ Carne Bovina/ Batata/ Brócolis	Sopa de Feijão/ Arroz/Carne Bovina/ Chuchu/Mandioca	FERIADO	Sopa de Macarrão/ Feijão/Frango/ Chuchu/Couve-flor	Sopa de Fubá/ Carne Bovina/Cenoura/ Abobrinha
LANCHE	Leite	Leite		Leite	Leite
LANCHE	Mingau de Maisena	Maçã		Banana	Mamão
JANTAR	Sopa de Macarrão/ Ervilha/Frango/ Cenoura/Couve Flor	Sopa de Fubá/ Sobrecoxa/ Abobrinha/Tomate		Sopa de Arroz/Feijão/ Fígado/Mandioca/ Espinafre	Sopa de Macarrão/ Ervilha/Sobrecoxa/ Batata/Abóbora
CALORIAS (kcal)	471	454		490	461
CARBOIDRATO (g)	60	58		67	58
PROTEÍNA (g)	21	19		21	19
LÍPIDIOS (g)	16	17		16	17
VITAMINA A (Ug)	265	265		1852	265
VITAMINA C (Mg)	44	47		63	89
FERRO (Mg)	6	5		6	5
MAGNÉSIO (Mg)	74	58		72	65
ZINCO (Mg)	4	4		5	4
CÁLCIO (Mg)	326	324		335	334
FIBRAS (g)	3	3		4	3

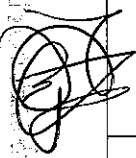
OBS: Cardápio sujeito a alterações.

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: CI (6 meses a 1 ano)
Mês: Novembro

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	11/11	12/11	13/11	14/11	15/11
DESJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	
LANCHE	Suco de Melão	Suco de Melancia	Suco de Limão	Suco de Maracujá	
ALMOÇO	Sopa de Arroz/ Feijão/Frango/ Couve Flor/Espinafre	Sopa de Macarrão/ Feijão/Figado/ Mandioca/Tomate	Sopa de Arroz/Ervilha/ Carne Bovina/ Chuchu/Abóbora	Sopa de Arroz/Feijão/ Carne Bovina/Vagem/ Couve Flor	
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	
LANCHE	Maçã	Mingau de Maisena	Banana	Maçã	FERIADO
JANTAR	Sopa de Ervilha/Macarrão/ Carne Bovina/ Abóbora/Brócolis	Sopa de Fubá/ Frango/ Abobrinha/Vagem	Sopa de Macarrão/Feijão/ Sobrecoxa/ Batata/Espinafre	Sopa de Feijão/Macarrão/ Sobrecoxa/Cenoura/ Espinafre	
CALORIAS (kcal)	490	559	513	498	
CARBOTDRATO (g)	66	69	70	66	
PROTEÍNA (g)	21	23	21	20	
LIPÍDIOS (g)	16	22	17	17	
VITAMINA A (Ug)	265	1984	265	265	
VITAMINA C (Mg)	48	66	53	49	
FERRO (Mg)	6	8	6	6	
MAGNÉSIO (Mg)	74	71	84	71	
ZINCO (Mg)	4	6	5	5	
CÁLCIO (Mg)	335	472	330	332	
FIBRAS (g)	4	2	4	4	

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


 Diretora de Alimentação Escolar
 Nutricionista
 e Dietista
 CRP - 2403

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: CI (6 meses a 1 ano)
Mês: Novembro

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	25/11	26/11	27/11	28/11	29/11
DEJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Suco de Maracujá	Suco de Melão	Suco de Limão	Suco de Melancia	Suco de Abacaxi
ALMOÇO	Sopa de Arroz/Ervilha/ Frango/Abóbora/ Chuchu	Sopa de Macarrão/ Feijão/Sobrecoxa/ Couve Flor/Espinafre	Sopa de Arroz/ Feijão/Carne Bovina/ Abobrinha/Mandioca	Sopa de Fubá/ Fígado/Tomate/ Brócolis	Sopa de Macarrão/Ervilha/ Carne Bovina/ Abobrinha/Espinafre
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Maçã	Mingau de Maisena	Banana	Maçã	Mamão
JANTAR	Sopa de Macarrão/ Feijão/Carne Bovina/ Batata/Cenoura	Sopa de Fubá/ Carne Bovina/ Abobrinha/Tomate	Sopa de Macarrão/Feijão/ Frango/Cenoura/Batata	Sopa de Arroz/Feijão/ Carne Bovina/ Abóbora/Couve Flor	Sopa de Arroz/Feijão/ Sobrecoxa/ Batata/Chuchu
CALORIAS (kcal)	487	444	511	453	436
CARBOIDRATO (G)	65	54	71	59	53
PROTEÍNA (G)	21	19	22	19	19
LÍPIDIOS (G)	16	17	16	16	17
VITAMINA A (Ug)	265	265	265	1852	265
VITAMINA C (Mg)	45	53	54	47	85
FERRO (Mg)	6	5	6	6	5
MAGNÉSIO (Mg)	72	58	84	58	67
ZINCO (Mg)	4	4	4	5	4
CÁLCIO (Mg)	328	326	331	322	332
FIBRAS (G)	4	2	4	3	3

OBS: Cardápio sujeito a alterações.