



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: FEVEREIRO DE 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 15/02/2021	TERÇA 16/02/2021	QUARTA 17/02/2021	QUINTA 18/02/2021	SEXTA 19/02/2021
LANCHE Manhã: 08:00	Leite Maçã	Leite Pera	Leite Banana	Leite Mamão	Leite Maçã

ALMOÇO Manhã: 10:00	Macarrão	Arroz Feijão	Arroz Feijão	Arroz Feijão	Arroz Feijão
	Carne Bovina Moída Refogada com Tomate	Filé de Sobrecoxa Refogado	Moqueca de Peixe (Mandioca, Tomate e Cebola)	Peito de Frango Refogado	Carne Bovina em Flocos Refogada
	Salada de Repolho	Vagem Refogada	Salada de Alface	Brócolis Refogado	Salada de Beterraba

LANCHE Tarde: 13:00	Leite Maçã	Leite Melão	Leite Goiaba	Leite Melancia	Leite Banana
------------------------	---------------	----------------	-----------------	-------------------	-----------------

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz Feijão	Arroz Feijão	Arroz Feijão	Arroz Feijão	Arroz Feijão
	Filé de Sobrecoxa Refogado	Carne Bovina em Cubos Refogada	Peito de Frango Refogado	Carne Bovina em Cubos Refogada	Ovo Cozido
	Salada de Chuchu	Espinafre Refogado	Salada de Couve-Flor	Salada de Cenoura	Batata Cozida

Energia (kcal)	630	674	706	647	748
CHO (g)	86	92	112	87	111
PTN (g)	28	31	31	32	31
LPD (g)	20	21	16	19	21
Vit. A (mcg)	267	294	321	493	300
Vit. C (mg)	59	39	50	80	44
Ca (mg)	283	306	300	311	303
Fe (mg)	6	7	7	7	8

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
681	98	31	19
	57%	18%	25%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
335	54	301	7

Cintia Cristina da Silva
Nutricionista do Estado de São Paulo
e Nutrição Escolar CRM - 34148

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Até 3 anos deve ser oferecido a fórmula infantil e a partir de 3 anos o composto lácteo.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL
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
LANCHE Manhã: 08:00	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
	Maçã	Pera	Banana	Mamão	Maçã

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Macarrão	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão		Feijão	Feijão	Feijão
	Carne Bovina Moida Refogada	Filé de Sobrecoxa Refogado com Tomate	Fígado Bovino Acebolado	Peito de Frango Refogado	Carne Bovina em Cubos Refogada
	Salada de Beterraba	Salada de Repolho	Abóbora Refogada	Salada de Alface	Salada de Cenoura

LANCHE Tarde: 13:00	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
	Goiaba	Melão	Maçã	Melancia	Banana

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Filé de Sobrecoxa Refogado	Carne Bovina em Cubos Refogada	Peito de Frango Refogado	Carne Bovina em Flocos Refogada	Ovo Cozido
	Mandioca Cozida	Batata Doce Cozida	Salada de Tomate	Vagem Refogada	Batata Cozida

Energia (kcal)	696	644	727	643	745
CHO (g)	101	86	114	87	111
PTN (g)	31	28	33	32	31
LPD (g)	19	21	17	18	21
Vit. A (mcg)	254	369	3983	373	411
Vit. C (mg)	54	47	44	77	44
Ca (mg)	295	278	292	306	304
Fe (mg)	7	96	152	7	8

Composição nutricional (Média semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	55 a 65% do VET	10 a 15% do VET	25 a 35% do VET
691	100	31	19
	58%	17%	25%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
1077	53	295	8


Cíntia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRB - 04148

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Até 3 anos deve ser oferecido a fórmula infantil e a partir de 3 anos o composto lácteo.