



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: 07 A 11 MESES - PERÍODO INTEGRAL

MÊS E ANO: SETEMBRO 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 05/09/2022	TERÇA 06/09/2022	QUARTA 07/09/2022	QUINTA 08/09/2022	SEXTA 09/09/2022
LANCHE Manhã: 08:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil		Fórmula Infantil	Fórmula Infantil

ALMOCO Manhã: 10:00	Papinha de:	Papinha de:	FERIADO	Papinha de:	Papinha de:
	Arroz	Macarrão		Macarrão	Arroz
	Feijão	Feijão		Feijão	Feijão
	Ovo Cozido	Peito de Frango		Filé de Sobrecoxa	Carne Bovina
	Abobrinha	Tomate		Couve Manteiga	Brócolis
	Brócolis	Chuchu		Tomate	Mandioca

LANCHE Tarde: 12:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil		Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
------------------------	------------------	------------------	--	------------------	------------------

LANCHE Tarde: 13:30	Maçã	Pera		Mamão	Banana
------------------------	------	------	--	-------	--------

JANTAR Tarde: 15:00	Papinha de:	Papinha de:		Papinha de:	Papinha de:
	Arroz	Arroz		Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão		Feijão	Feijão
	Filé de Sobrecoxa	Carne Bovina		Fígado Bovino	Filé de Sobrecoxa
	Beterraba	Couve Flor		Escarola	Vagem
	Cenoura	Batata Doce		Batata	Cenoura

Energia (kcal)	481	462		468	510
CHO (g)	80	70		77	87
PTN (g)	15	19		16	16
LPD (g)	12	12		11	11
Vit. A (mcg)	558	400		2043	492
Vit. C (mg)	44	50		102	51
Ca (mg)	278	258		291	276
Fe (mg)	5	5		6	5

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
480	78	16	12
	64%	14%	22%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
796	59	274	5

Cíntia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de
Alimentação Escolar
CRN 34.140

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Os alimentos das papinhas devem ser amassados ou raspados; Todos os alimentos devem ser bem cozidos; Para esfriar a papinha deve se mexer com a colher, nunca soprar, começar a servir pelas bordas, pois esfriam antes; Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: 07 A 11 MESES - PERÍODO INTEGRAL

MÊS E ANO: SETEMBRO 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 12/09/2022	TERÇA 13/09/2022	QUARTA 14/09/2022	QUINTA 15/09/2022	SEXTA 16/09/2022
LANCHE Manhã: 08:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil		

ALMOCO Manhã: 10:00	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
	Arroz	Macarrão	Arroz		
	Feijão	Feijão	Feijão		
	Peito de Frango	Carne Bovina	Filé de Sobrecoxa		
	Chuchu	Cenoura	Couve Manteiga		
	Vagem	Tomate	Mandioca		

LANCHE Tarde: 12:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil		
------------------------	------------------	------------------	------------------	--	--

LANCHE Tarde: 13:30	Maçã	Pera	Banana com Aveia		
------------------------	------	------	------------------	--	--

JANTAR Tarde: 15:00	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:		
	Arroz	Arroz	Macarrão		
	Feijão	Feijão	Feijão		
	Carne Bovina	Filé de Sobrecoxa	Fígado Bovino		
	Batata Doce	Espinafre	Tomate		
	Abobrinha	Batata	Batata Doce		

Energia (kcal)	462	483	511		
CHO (g)	71	80	89		
PTN (g)	18	16	16		
LPD (g)	12	11	11		
Vit. A (mcg)	563	462	2091		
Vit. C (mg)	39	45	69		
Ca (mg)	258	272	275		
Fe (mg)	5	5	6		

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
485	80	16	11
	64%	15%	21%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
1038	51	268	5

Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista na Divisão de
Alimentação Escolar
CRN 34.148

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Os alimentos das papinhas devem ser amassados ou raspados; Todos os alimentos devem ser bem cozidos; Para esfriar a papinha deve se mexer com a colher, nunca soprar, começar a servir pelas bordas, pois esfriam antes; Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: 07 A 11 MESES - PERÍODO INTEGRAL

MÊS E ANO: SETEMBRO 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 19/09/2022	TERÇA 20/09/2022	QUARTA 21/09/2022	QUINTA 22/09/2022	SEXTA 23/09/2022
LANCHE Manhã: 08:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil

ALMOCO Manhã: 10:00	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
	Arroz	Macarrão	Fubá	Macarrão	Arroz
	Feijão	Feijão	Ervilha	Feijão	Feijão
	Carne Bovina	Peito de Frango	Fígado Bovino	Filé de Sobrecoxa	Carne Bovina
	Chuchu	Tomate	Vagem	Tomate	Batata
	Cenoura	Beterraba	Mandioquinha	Abobrinha	Espinafre

LANCHE Tarde: 12:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
------------------------	------------------	------------------	------------------	------------------	------------------

LANCHE Tarde: 13:30	Maçã	Pera	Banana com Aveia	Mamão	Banana
------------------------	------	------	------------------	-------	--------

JANTAR Tarde: 15:00	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
	Arroz	Arroz	Macarrão	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Filé de Sobrecoxa	Carne Bovina	Peito de Frango	Carne Bovina	Filé de Sobrecoxa
	Couve Manteiga	Abobrinha	Tomate	Couve Flor	Mandioquinha
	Mandioquinha	Batata Doce	Brócolis	Cenoura	Escarola

Energia (kcal)	475	470	435	470	504
CHO (g)	78	72	66	76	86
PTN (g)	16	19	19	16	16
LPD (g)	11	12	11	11	11
Vit. A (mcg)	621	471	1959	519	448
Vit. C (mg)	56	44	56	87	45
Ca (mg)	277	259	271	267	276
Fe (mg)	5	5	6	5	5

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
471	76 64%	17 14%	11 22%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
804	58	270	5


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de
Alimentação Escolar
CRN 34 140

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Os alimentos das papinhas devem ser amassados ou raspados; Todos os alimentos devem ser bem cozidos; Para esfriar a papinha deve se mexer com a colher, nunca soprar, começar a servir pelas bordas, pois esfriam antes; Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: 07 A 11 MESES - PERÍODO INTEGRAL

MÊS E ANO: SETEMBRO 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 26/09/2022	TERÇA 27/09/2022	QUARTA 28/09/2022	QUINTA 29/09/2022	SEXTA 30/09/2022
LANCHE Manhã: 08:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil

ALMOCO Manhã: 10:00	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
	Arroz	Macarrão	Arroz	Macarrão	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Carne Bovina	Filé de Sobrecoxa	Ovo Cozido	Peito de Frango	Filé de Sobrecoxa
	Batata	Brócolis	Mandioca	Mandioquinha	Cenoura
Cenoura	Tomate	Couve Flor	Tomate	Vagem	

LANCHE Tarde: 12:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
------------------------	------------------	------------------	------------------	------------------	------------------

LANCHE Tarde: 13:30	Maçã	Pera	Banana com Aveia	Mamão	Banana
------------------------	------	------	------------------	-------	--------

JANTAR Tarde: 15:00	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
	Arroz	Arroz	Macarrão	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Filé de Sobrecoxa	Carne Bovina	Peito de Frango	Carne Bovina	Fígado Bovino
	Batata Doce	Espinafre	Tomate	Batata	Abobrinha
Chuchu	Abobrinha	Batata Doce	Couve Manteiga	Batata Doce	

Energia (kcal)	498	474	490	461	509
CHO (g)	85	78	77	69	89
PTN (g)	15	16	19	20	16
LPD (g)	11	11	12	12	10
Vit. A (mcg)	526	470	403	431	806
Vit. C (mg)	44	48	58	102	60
Ca (mg)	251	287	265	286	271
Fe (mg)	5	5	5	5	5

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
487	80	17	11
	65%	14%	21%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
806	60	271	5

Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de
Alimentação Escolar
CRN 34 140

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Os alimentos das papinhas devem ser amassados ou raspados; Todos os alimentos devem ser bem cozidos; Para esfriar a papinha deve se mexer com a colher, nunca soprar, começar a servir pelas bordas, pois esfriam antes; Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.