

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Rua Manoel Monteiro de Moraes, 939 - Jd. Olga Veroni

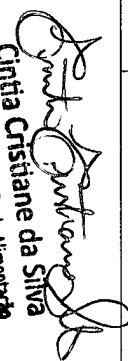
Telefones: 3443-4724/ 3451-7778/ 3451-6976

E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: INTEGRAL - Mês: Novembro 2017

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	06/11	07/11	08/11	09/11	10/11
DESJEJUM	Leite e Biscoito	Leite e Pão com Margarina	Leite e Pão com Geléia	Leite e Pão com Margarina	Leite e Biscoito
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Torta Madalena (Carne Moída) Salada de Pepino	Arroz/Feijão/ Nuggets Assado/ Salada de Beterraba	Macarrão ao Molho de Frango/Salada de Brócolis/Mamão	Arroz/Feijão Moqueca de Peixe (Mandioca, Tomate e Cebola)/Salada de Alface	Macarrão ao Molho de Carne/Salada de Escarola
LANCHE	Leite e Mini bolo	Pão com Mortadela/ Suco de Laranja	Leite e Pão de Mel	Pão com Presunto/ Suco de Laranja	Pão com Carne Moída ao Molho/ Suco de Laranja
CALORIAS (kcal)	899	1192	1088	1035	1207
CARBOIDRATO (G)	115	156	164	156	200
PROTEÍNA (G)	42	36	43	36	47
LÍPIDIOS (G)	31	37	30	30	23
VITAMINA A (Ug)	590	230	261	222	252
VITAMINA C (Mg)	11	101	141	116	211
FERRO (Mg)	5	48	3	5	6
MAGNÉSIO (Mg)	144	122	121	127	103
ZINCO (Mg)	6	5	4	5	10
CÁLCIO (Mg)	859	445	917	431	403

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Ração Escolar CRI - 34140

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Rua Manoel Monteiro de Moraes, 939 - Jd. Olga Veroni

Telefones: 3443-4724/ 3451-7778/ 3451-6976

E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: INTEGRAL - Mês: Novembro 2017

	SEGUNDA-FEIRA 13/11	TERÇA-FEIRA 14/11	QUARTA-FEIRA 15/11	QUINTA-FEIRA 16/11	SEXTA-FEIRA 17/11
DESJEJUM	Leite e Biscoito	Leite e Pão com Margarina		Leite e Biscoito	Leite e Pão com Geléia
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Carne Refogada/ Salada de Chuchu	Arroz/Feijão/ Carne Suína com Mandioca		Macarrão a Bolonesa/Salada de Alface/Banana	Arroz/Carne Refogada/Salada de Repolho
LANCHE	Leite e Mini Bolo	Pão com Presunto/ Suco de Laranja	FERIADO	Leite e Pão de Mel	Sanduíche Natural (frango desfiado, cenoura ralada e alface)/Suco de Laranja
CALORIAS (kcal)	902	976		986	1027
CARBOIDRATO (g)	104	152		133	162
PROTEÍNA (g)	41	31		42	45
LIPÍDIOS (g)	36	26		33	22
VITAMINA A (Ug)	471	212		381	133
VITAMINA C (Mg)	5	105		21	120
FERRO (Mg)	4	6		4	4
MAGNÉSIO (Mg)	134	109		128	92
ZINCO (Mg)	5	5		6	6
CÁLCIO (Mg)	855	105		690	510

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRN - 34140

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Rua Manoel Monteiro de Moraes, 939 - Jd. Olga Veroni

Telefones: 3443-4724/ 3451-7778/ 3451-6976

E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: INTEGRAL - Mês: Novembro 2017

	SEGUNDA-FEIRA 20/11	TERÇA-FEIRA 21/11	QUARTA-FEIRA 22/11	QUINTA-FEIRA 23/11	SEXTA-FEIRA 24/11
DESJEJUM					
ALMOÇO					
	FERIADO				
LANCHE					
CALORIAS (kcal)	1049	998	1157	947	
CARBOIDRATO (g)	144	148	144	124	
PROTEÍNA (g)	44	40	41	38	
LÍPIDIOS (g)	33	27	46	33	
VITAMINA A (Ug)	381	4925	474	132	
VITAMINA C (Mg)	11	109	14	106	
FERRO (Mg)	5	7	4	3	
MAGNÉSIO (Mg)	142	111	119	70	
ZINCO (Mg)	6	7	5	4	
CÁLCIO (Mg)	809	665	732	393	

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRN - 34140

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Rua Manoel Monteiro de Moraes, 939 - Jd. Olga Veroni

Telefones: 3443-4724/ 3451-7778/ 3451-6976

E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: INTEGRAL - Mês: Novembro/Dezembro 2017

	SEGUNDA-FEIRA 27/11	TERÇA-FEIRA 28/11	QUARTA-FEIRA 29/11	QUINTA-FEIRA 30/11	SEXTA-FEIRA 01/12
DESJEJUM	Leite e Biscoito	Leite e Pão com Geléia	Leite e Pão com Margarina	Leite e Biscoito	Leite e Pão com Geléia
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Nuggets Assado/ Salada de Brócolis	Arroz/Feijão/ Carne Moída/ Salada de Repolho	Macarrão ao Molho de Carne/Salada de Almeirão/Banana	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa Assada/ Salada de Escarola	Arroz/Feijão/ Carne Refogada/ Salada de Alface
LANCHE	Pão com Mortadela/ Suco de Laranja	Leite e Mini bolo	Pão com Presunto/ Suco de Laranja	Bolo de chocolate (preparo) e leite	Leite e Pão de Mel
CALORIAS (kcal)	1021	971	1209	962	1046
CARBOIDRATO (G)	142	129	185	126	142
PROTEÍNA (G)	34	44	40	39	44
LÍPIDIOS (G)	25	32	35	34	34
VITAMINA A (Ug)	137	471	224	262	501
VITAMINA C (Mg)	112	10	117	8	9
FERRO (Mg)	48	5	5	4	6
MAGNÉSIO (Mg)	122	137	104	142	150
ZINCO (Mg)	4	7	6	4	6
CÁLCIO (Mg)	451	864	507	815	734

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRN - 34140