

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: EMEI/EMEIEF - Mês: Novembro 2017

	SEGUNDA-FEIRA 06/11	TERÇA-FEIRA 07/11	QUARTA-FEIRA 08/11	QUINTA-FEIRA 09/11	SEXTA-FEIRA 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	Pão com Carne Moída ao Molho/ Suco de Laranja
CALORIAS (kcal)	527	779	725	676	795
CARBOIDRATO (G)	69	80	116	80	125
PROTEÍNA (G)	30	28	32	27	30
LÍPIDIOS (G)	15	29	16	27	19
VITAMINA A (Ug)	251	222	131	222	251
VITAMINA C (Mg)	11	1	137	16	111
FERRO (Mg)	4	4	2	3	4
MAGNÉSIO (Mg)	105	105	94	110	80
ZINCO (Mg)	5	3	3	3	6
CÁLCIO (Mg)	382	398	509	398	375

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

Cristiane da Silva
Cristiane Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Ração Escolar
CRM - 34459

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: EMEI/EMEIF - 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	FERIADO		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
					Sanduíche Natural (frango desfiado, cenoura ralada e alface)/Suco de Laranja
CALORIAS (kcal)	582	617			882
CARBOIDRATO (g)	69	77			152
PROTEÍNA (g)	30	22			31
LÍPIDIOS (g)	21	24			16
VITAMINA A (Ug)	251	212			131
VITAMINA C (Mg)	5	5			115
FERRO (Mg)	4	4			3
MAGNÉSIO (Mg)	107	93			77
ZINCO (Mg)	4	3			4
CÁLCIO (Mg)	385	72			484

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar
CRM - 34149

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: EMEI/EMEIEF - Mês: Novembro 2017

	SEGUNDA-FEIRA 20/11	TERÇA-FEIRA 21/11	QUARTA-FEIRA 22/11	QUINTA-FEIRA 23/11	SEXTA-FEIRA 24/11
DESJEJUM		Leite e Pão com Geléia	Leite e Biscoito	Leite e Pão com Margarina	Leite e Biscoito
ALMOÇO		Arroz/Feijão/ Carne com Berinjela/ Salada de Pepino	Arroz/Feijão Fígado Acebolado/ Salada de Alface/Maça	Macarrão ao Molho de Sobrecoxa/ Salada de Almeirão	Cachorro-quente/ Suco de Laranja
FERIADO		685	567	708	795
CALORIAS (kcal)		97	73	74	113
CARBOIDRATO (g)		32	29	28	24
PROTEÍNA (g)		19	18	33	28
LÍPIDIOS (g)		251	4892	225	130
VITAMINA A (Ug)		7	9	14	104
VITAMINA C (Mg)		5	6	3	2
FERRO (Mg)		114	93	66	53
MAGNÉSIO (Mg)		5	4	4	3
ZINCO (Mg)		401	377	376	365
CÁLCIO (Mg)					

OBS: Cardápio sujeito a alterações.



 Cintia Cristiane da Silva

 Nutricionista da Divisão de Alimentação

 e Nutrição Escolar CRI - 34149

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: EMEI/EMEIEF - 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
CALORIAS (kcal)	608	659	849	574	679
CARBOIDRATO (g)	66	96	109	70	95
PROTEÍNA (g)	26	32	31	27	32
LÍPIDIOS (g)	18	16	33	21	19
VITAMINA A (Ug)	130	251	224	132	251
VITAMINA C (Mg)	12	10	17	8	9
FERRO (Mg)	3	5	4	3	5
MAGNÉSIO (Mg)	105	109	88	100	111
ZINCO (Mg)	2	6	4	3	5
CÁLCIO (Mg)	405	394	474	465	407

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

Cristiane Cristiane da Silva
Cristiane Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRN - 34149