

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: LANCHE NOTURNO

Mês: Outubro - 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	01/10	02/10	03/10	04/10	05/10
LANCHE	Pão com Omelete (com Cebola e Tomate)/ Composto Lácteo	Pão com Sobrecoca ao Molho/ Composto Lácteo	Pão com Carne Bovina Refogada com Tomate e Cebola/ Composto Lácteo/ Banana	Sanduíche Natural (Pão com Frango Desfiado, Requeijão, Cenoura e Alface)/ Composto Lácteo	Pão com Mussarela, Presunto e Tomate/ Composto Lácteo/ Maça
CALORIAS (kcal)	381	407	503	410	493
CARBOIDRATO (g)	54	53	77	56	70
PROTEÍNA (g)	16	20	23	23	20
LIPÍDIOS (g)	11	12	12	10	15
VITAMINA A (Ug)	175	137	137	136	168
VITAMINA C (Mg)	22	22	28	29	25
FERRO (Mg)	6	5	6	5	5
MAGNÉSIO (Mg)	26	36	61	45	35
ZINCO (Mg)	2	2	3	2	3
CÁLCIO (Mg)	199	182	195	218	450
FIBRAS (g)	3	3	4	4	4

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CNM - 34148

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: LANCHE NOTURNO

Mês: Outubro - 2018

LANCHE	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	08/10	09/10	10/10	11/10	12/10
Pão com Carne Bovina Moída ao Molho/ Composto Lático/ Maça		Pão com Sobrecoca Refogada com Tomate e Cebola/ Composto Lático	Pão com Carne Bovina Refogada com Tomate e Cebola/ Composto Lático/ Banana	Cachorro-Quente/ Pipoca/ Bolo de Chocolate (preparo)	FERIADO
CALORIAS (kcal)	445	407	503	797	
CARBOIDRATO (g)	68	53	77	109	
PROTEÍNA (g)	23	20	23	24	
LÍPIDIOS (g)	9	12	12	25	
VITAMINA A (Ug)	136	137	137	135	
VITAMINA C (Mg)	25	22	28	22	
FERRO (Mg)	6	5	6	6	
MAGNÉSIO (Mg)	34	36	61	65	
ZINCO (Mg)	4	2	3	2	
CÁLCIO (Mg)	182	182	195	209	
FIBRAS (g)	4	3	4	6	

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


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

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: LANCHE NOTURNO

Mês: Outubro - 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	15/10	16/10	17/10	18/10	19/10
LANCHE	Pão com Carne Bovina Refogada com Tomate e Cebola/ Composto Lácteo	Sanduíche Natural (Pão com Frango Desfiado, Requeijão, Cenoura e Alfaca)/ Composto Lácteo	Pão com Mussarela, Mortadela e Tomate/ Composto Lácteo/ Banana	Pão com Carne Bovina Moída Refogada com Tomate e Cebola / Composto Lácteo	Pão com Sobrecoca ao Molho/Composto Lácteo/Mamão
CALORIAS (kcal)	411	410	581	389	463
CARBOIDRATO (g)	53	56	79	53	68
PROTEÍNA (g)	22	23	21	22	20
LÍPIDIOS (g)	12	10	21	9	12
VITAMINA A (Ug)	137	136	175	136	137
VITAMINA C (Mg)	22	29	28	22	25
FERRO (Mg)	6	5	6	6	6
MAGNÉSIO (Mg)	33	45	61	32	38
ZINCO (Mg)	3	2	3	4	2
CÁLCIO (Mg)	192	218	464	180	184
FIBRAS (g)	3	4	4	3	4

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


Simone da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Alimentação Escolar CRN - 34100

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: LANCHE NOTURNO

Mês: Outubro - 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE	22/10	23/10	24/10	25/10	26/10
	Sanduíche Natural (Pão com Frango Desfiado, Requeijão, Cenoura e Alfaca)/ Composto Lácteo	Pão com Carne Bovina Moída Refogada com Tomate e Cebola / Composto Lácteo	Pão com Presunto e Tomate/ Composto Lácteo/ Banana	Pão com Sobrecoxa ao Molho/ Composto Lácteo/ Maçã	Pão com Carne Bovina Refogada com Tomate e Cebola/ Composto Lácteo
CALORIAS (kcal)	410	389	430	463	411
CARBOIDRATO (g)	56	53	77	68	53
PROTEÍNA (g)	23	22	15	20	22
LIPÍDIOS (g)	10	9	8	12	12
VITAMINA A (Ug)	136	136	135	137	137
VITAMINA C (Mg)	29	22	28	25	22
FERRO (Mg)	5	6	5	6	6
MAGNÉSIO (Mg)	45	32	53	38	33
ZINCO (Mg)	2	4	2	2	3
CÁLCIO (Mg)	218	180	188	184	192
FIBRAS (g)	4	3	4	4	3

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


Cintia Saldanha da Silva
Nutricionista do Setor de Alimentação
e Merenda Escolar CRN - 3410

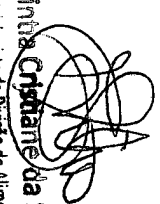
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
Rua João Kuhl Filho, s/nº, Vila São João.
Telefones: 3404-1846
E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: LANCHE NOTURNO

Mês: Outubro - 2018

LANCHE	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	29/10	30/10	31/10	01/11	02/11
Pão com Mussarela, Mortadela e Tomate/ Composto Lácteo/ Maçã		Pão com Sobrecoxa Refogada com Tomate e Cebola/ Composto Lácteo	Pão com Carne Bovina Refogada com Tomate e Cebola/ Composto Lácteo/ Banana	Sanduíche Natural (Pão com Frango Desfiado, Requeijão, Cenoura e Alface)/ Composto Lácteo	FERIADO
CALORIAS (kcal)	545	407	503	410	
CARBOIDRATO (g)	71	53	77	56	
PROTEÍNA (g)	20	20	23	23	
LIPÍDIOS (g)	21	12	12	10	
VITAMINA A (Ug)	175	137	137	136	
VITAMINA C (Mg)	25	22	28	29	
FERRO (Mg)	6	5	6	5	
MAGNÉSIO (Mg)	35	36	61	45	
ZINCO (Mg)	3	2	3	2	
CÁLCIO (Mg)	463	182	195	218	
FIBRAS (g)	4	3	4	4	

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


Cinthia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CNM - 34188