

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: 6 meses a 1 ano
Mês: Setembro 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	03/09	04/09	05/09	06/09	07/09
DEJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	
LANCHE	Suco de Limão	Suco de Melão	Suco de Maracujá	Suco de Laranja	
ALMOÇO	Sopa de Arroz/Feijão/ Fígado/Chuchu/ Mandioquinha	Sopa de Macarrão/Feijão/ Sobrecoxa/Couve/ Mandioca	Sopa de Macarrão/Feijão/ Frango/Cenoura/Chuchu	Sopa de Arroz/Feijão/ Carne/Batata/ Vagem	
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	FERIADO
LANCHE	Pera	Mingau de Maisena	Banana	Maçã	
JANTAR	Sopa de Fubá/Frango/ Couve/Cenoura	Sopa de Arroz/Feijão/Carne/ Vagem/Batata	Sopa creme de Batata/Feijão/Carne/ Espinafre/Tomate	Sopa de Fubá/Sobrecoxa/ Couve/Cenoura	
CALORIAS (kcal)	445	447	464	414	
CARBOIDRATO (G)	60	55	59	47	
PROTEÍNA (G)	19	18	19	18	
LÍPIDIOS (G)	15	17	17	17	
VITAMINA A (Ug)	1848	261	261	261	
VITAMINA C (Mg)	60	53	62	61	
FERRO (Mg)	6	5	5	5	
MAGNÉSIO (Mg)	69	59	73	59	
ZINCO (Mg)	4	4	4	4	
CÁLCIO (Mg)	322	322	325	324	
FIBRAS (G)	2	1	3	2	

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

Cintia Cassiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar (110)

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: 6 meses a 1 ano
Mês: Setembro 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	10/09	11/09	12/09	13/09	14/09
DESJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Suco de Limão	Suco de Maracujá	Suco de Abacaxi	Suco de Melancia	Suco de Laranja
ALMOÇO	Sopa De Macarrão/Feijão/ Frango/Chuchu/ Cenoura	Sopa De Arroz/Feijão/Figado/ Vagem/Mandiquinha	Sopa Creme De Batata/Sobrecoca/ Espinafre/Tomate	Sopa De Fubá/Carne/Couve/ Vagem	Sopa De Arroz/Feijão/ Sobrecoca/Batata/ Cenoura
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Pera	Mingau de Aveia	Banana	Mamão	Maçã
JANTAR	Sopa De Arroz/Feijão/Carne/ Batata/Espinafre	Sopa De Fubá/Carne/Couve/ Cenoura	Sopa De Macarrão/Feijão/ Carne/Abobrinha/ Batata	Sopa De Arroz/Feijão/ Frango/Mandioca/ Abóbora	Sopa De Macarrão/Feijão/ Carne/Espinafre/ Mandiquinha
CALORIAS (kcal)	451	418	439	452	433
CARBOIDRATO (g)	58	49	53	60	53
PROTEÍNA (g)	20	19	18	19	20
LÍPIDIOS (g)	16	16	17	16	16
VITAMINA A (Ug)	261	261	261	261	261
VITAMINA C (Mg)	49	39	44	64	56
FERRO (Mg)	5	5	5	5	5
MAGNÉSIO (Mg)	60	58	57	72	63
ZINCO (Mg)	4	4	4	4	4
CÁLCIO (Mg)	323	319	318	327	325
FIBRAS (g)	3	1	1	2	1

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

Cintia Cristina da Silva
Nutricionista de Apoio de Alimentação
e Nutrição Escolar (RA - 341.49)

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: 6 meses a 1 ano
Mês: Setembro 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	17/09	18/09	19/09	20/09	21/09
DESJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Suco de Abacaxi	Suco de Melancia	Suco de Melão	Suco de Limão	Suco de Maracujá
ALMOÇO	Sopa De Arroz/Feijão/ Carne/Batata/ Chuchu	Sopa De Fubá/Carne/Couve/ Tomate	Sopa De Macarrão/Feijão/ Sobrecoxa/Cenoura/ Mandioca	Sopa De Arroz/Feijão/ Fígado/Chuchu/ Mandiocquinha	Sopa De Macarrão/Feijão/ Sobrecoxa/Abobrinha / Vagem
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Maçã	Mingau de Maisena	Banana	Mamão	Pera
JANTAR	Sopa De Macarrão/Feijão/ Frango/Mandiocquinha/ Cenoura	Sopa De Arroz/Feijão/Frango/ Abóbora/Batata	Sopa Creme De Batata/Carne/ Espinafre/Tomate	Sopa De Fubá/Frango/ Couve/Cenoura	Sopa De Arroz/Feijão/Carne/ Espinafre/Mandioca
CALORIAS (kcal)	553	528	447	445	424
CARBOIDRATO (g)	66	61	55	60	50
PROTEÍNA (g)	24	23	18	19	20
LÍPIDIOS (g)	22	22	17	15	16
VITAMINA A (Ug)	391	391	261	1848	261
VITAMINA C (Mg)	66	64	53	60	39
FERRO (Mg)	7	7	5	6	5
MAGNÉSIO (Mg)	74	71	59	69	61
ZINCO (Mg)	6	6	4	4	4
CÁLCIO (Mg)	478	464	322	322	321
FIBRAS (g)	2	1	1	2	1

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

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: 6 meses a 1 ano
Mês: Setembro 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	24/09	25/09	26/09	27/09	28/09
DESJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Suco de Limão	Suco de Abacaxi	Suco de Maracujá	Suco de Laranja	Suco de Melancia
ALMOÇO	Sopa De Macarrão/Feijão/ Sobrecoxa/Abóbora/ Batata	Sopa De Arroz/Feijão/Carne/ Chuchu/Batata	Sopa Creme De Batata/Carne/ Espinafre/Tomate	Sopa De Arroz/Feijão/ Frango/Batata/ Chuchu	Sopa De Arroz/Feijão/Carne/ Espinafre/Mandioca
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Pera	Mingau de Aveia	Banana	Mamão	Maçã
JANTAR	Sopa De Arroz/Feijão/Carne/ Abobrinha/ Mandioquinha	Sopa De Fubá/Frango/Couve/ Vagem	Sopa De Macarrão/Feijão/ Sobrecoxa/Couve/ Abóbora	Sopa De Macarrão/Feijão/ Carne/Mandioquinha/ Cenoura	Sopa De Macarrão/Feijão/ Frango/Chuchu/Batata
CALORIAS (kcal)	463	527	414	553	445
CARBOIDRATO (g)	59	61	48	66	57
PROTEÍNA (g)	19	23	18	24	20
LÍPIDIOS (g)	17	22	17	22	16
VITAMINA A (Ug)	261	391	261	391	261
VITAMINA C (Mg)	47	62	44	66	43
FERRO (Mg)	5	7	5	7	5
MAGNÉSIO (Mg)	57	72	58	74	59
ZINCO (Mg)	4	6	4	6	4
CÁLCIO (Mg)	318	466	320	478	324
FIBRAS (g)	3	2	1	1	1

OBS: Cardápio sujeito a alterações.