



## DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Rua João Kuhl Filho, s/nº, Vila São João.

Telefone: 3404-1846

E-mail: [educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br](mailto:educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br)

### Cardápio: INTEGRAL - Mês: Maio

DESEJUM	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	06/05	07/05	08/05	09/05	10/05
	Composto Lácteo e Biscoito Doce	Composto Lácteo e Pão com Margarina	Composto Lácteo e Biscoito Doce	Flocos de Milho com Leite	Composto Lácteo e Biscoito Doce
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/Feijão/ Ovos Primavera (Cebola, Tomate, Abobrinha, Cenoura e Molho de Tomate)/ Salada de Beterraba	Arroz/Feijão/ Carne Bovina Moída Refogada/ Purê de Batata/ Salada de Chuchu	Macarrão ao Molho de Sobrecoca/ Salada de Alface/ Banana	Arroz/Feijão/ Carne Bovina Refogada com Mandioca/ Salada de Escarola/ Pavê	Arroz/Carne Bovina Refogada com Cenoura/ Salada de Chuchu/ Mamão
<b>LANCHE</b>	Composto Lácteo e Pão com Requeijão	Composto Lácteo e Biscoito Doce	Composto Lácteo e Pão com Presunto	Composto Lácteo e Biscoito Doce	Composto Lácteo e Pão com Carne Bovina Moída ao Molho
CALORIAS (Kcal)	1543	1632	1350	1653	1472
CARBOIDRATO (g)	206	237	201	260	210
PROTÉINA (g)	50	51	58	54	69
LÍPIDIOS (g)	57	54	35	44	38
VITAMINA A (Ug)	549	511	512	576	591
VITAMINA C (Mg)	53	53	53	65	113
FERRO (Mg)	18	18	17	19	21
MAGNÉSIO (Mg)	107	119	91	151	94
ZINCO (Mg)	11	12	12	13	17
CÁLCIO (Mg)	726	708	698	926	801
FIBRAS (g)	11	9	7	11	6

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

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

**Cardápio: INTEGRAL - Mês:**

	SEGUNDA-FEIRA 13/05	TERÇA-FEIRA 14/05	QUARTA-FEIRA 15/05	QUINTA-FEIRA 16/05	SEXTA-FEIRA 17/05
<b>DESJEJUM</b>	Composto Lácteo e Biscoito Doce	Composto Lácteo e Biscoito Doce	Composto Lácteo e Pão com Margarina	Composto Lácteo e Biscoito Doce	Composto Lácteo e Biscoito Doce
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/Torta Madalena (Carne Bovina Moída) Salada de Chuchu/ Maçã	Arroz/Feijão/ Peito de Frango Refogado/ Salada de Cenoura Cozida	Arroz/Feijão/ Moqueca de Peixe (com Mandioca, Tomate e Cebola)/ Salada de Alface/ Banana	Arroz/Feijão/ Carne Bovina Refogada com Batata/ Salada de Escarola	Macarrão ao Sugo/ Sobrecoxa Assada/ Salada de Beterraba/ Banana
<b>LANCHE</b>	Flocos de Milho com Leite	Composto Lácteo e Biscoito Doce	Composto Lácteo e Pão com Mussarela	Composto Lácteo e Bolo de Chocolate	Pão com Carne Bovina Desfiada com Tomate, Cebola e Salsa/ Banana
	1777	1459	1851	1367	1560
CALORIAS (kcal)					
CARBOIDRATO (g)	308	234	239	223	206
PROTEÍNA (g)	56	48	70	45	52
LIPÍDIOS (g)	39	37	67	32	59
VITAMINA A (Ug)	440	511	619	511	512
VITAMINA C (Mg)	35	51	58	56	50
FERRO (Mg)	8	17	18	17	16
MAGNEÍSIO (Mg)	128	129	169	115	77
ZINCO (Mg)	15	9	15	10	10
CÁLCIO (Mg)	1161	716	1604	710	678
FIBRAS (g)	7	9	11	8	7

OBS: Cardápio sujeito a alterações.



## DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Rua João Kuhl Filho, s/nº, Vila São João.


Telefone: 3404-1846

E-mail: [educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br](mailto:educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br)

### Cardápio: INTEGRAL - Mês:

	SEGUNDA-FEIRA 20/05	TERÇA-FEIRA 21/05	QUARTA-FEIRA 22/05	QUINTA-FEIRA 23/05	SEXTA-FEIRA 24/05
<b>DESJEJUM</b>	Composto Lácteo e Biscoito Doce	Composto Lácteo e Pão com Requeijão	Composto Lácteo e Biscoito Doce	Flocos de Milho com Leite	Composto Lácteo e Biscoito Doce
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa Refogada/ Salada de Cenoura/ Maçã	Arroz/Feijão/ Carne Bovina Refogada com Batata/ Salada de Chuchu	Macarrão ao Sugo/ Nuggets de Merluza Assado/ Salada de Alface/ Banana	Arroz/Feijão/ Peito de Frango Refogado/ Salada de Beterraba/ Pavê	Arroz/Feijão/ Fígado Acebolado/ Salada de Escarola/ Mamão
<b>LANCHE</b>	Composto Lácteo e Pão com Requeijão	Composto Lácteo e Biscoito Doce	Composto Lácteo e Pão com Margarina	Composto Lácteo e Biscoito Doce	Composto Lácteo e Pão com Requeijão
CALORIAS (kcal)	1589	1524	2033	906	841
CARBOIDRATO (g)	211	226	209	143	122
PROTEÍNA (g)	54	52	40	37	34
LÍPIDIOS (g)	59	45	115	21	24
VITAMINA A (Ug)	512	511	510	222	4918
VITAMINA C (Mg)	48	62	53	28	83
FERRO (Mg)	17	18	16	8	11
MAGNÉSIO (Mg)	103	124	63	119	102
ZINCO (Mg)	11	11	9	7	7
CÁLCIO (Mg)	699	708	672	466	287
FIBRAS (g)	10	9	7	9	9

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

  
**Cintia Cradocini da Silva**  
 Nutricionista da Divisão de Alimentação  
 e Nutrição Escolar  
 CRM - 30140



## DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Rua João Kuhl Filho, s/nº, Vila São João.

Telefone: 3404-1846

E-mail: [educacao.nutricionista@edu.ueirora.sp.gov.br](mailto:educacao.nutricionista@edu.ueirora.sp.gov.br)

### Cardápio: INTEGRAL - Mês:

	SEGUNDA-FEIRA 27/05	TERÇA-FEIRA 28/05	QUARTA-FEIRA 29/05	QUINTA-FEIRA 30/05	SEXTA-FEIRA 31/05
<b>DESJEJUM</b>	Composto Lácteo e Biscoito Doce	Composto Lácteo e Biscoito Doce	Composto Lácteo e Pão com Requeijão	Composto Lácteo e Biscoito Doce	Composto Lácteo e Biscoito Doce
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/Feijão/ Peito de Frango Refogado com Batata/ Salada de Cenoura	Arroz/Feijão/ Carne Bovina Moída Refogada/ Salada de Chuchu	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa Refogada com Mandioca/ Salada de Escarola/ Banana	Macarrão ao Sugo/ Carne Bovina Refogada/ Salada de Alfaca/ Mamão	Arroz/Carne Bovina Refogada com Mandioca/ Salada de Chuchu/ Banana
<b>LANCHE</b>	Flocos de Milho com Leite	Composto Lácteo e Biscoito Doce	Composto Lácteo e Pão com Requeijão	Composto Lácteo e Bolo de Chocolate	Composto Lácteo e Lanche Natural (Pão com Frango Desfiado/Requeijão/ Cenoura Ralada)
CALORIAS (kcal)	730	666	1068	749	1018
CARBOIDRATO (g)	116	99	155	119	152
PROTEÍNA (g)	33	30	38	28	46
LIPÍDIOS (g)	15	17	33	18	26
VITAMINA A (Ug)	144	157	158	157	158
VITAMINA C (Mg)	31	22	29	86	38
FERRO (Mg)	6	8	9	7	8
MAGNÉSIO (Mg)	110	90	128	58	129
ZINCO (Mg)	6	6	7	5	6
CÁLCIO (Mg)	365	236	288	268	253
FIBRAS (g)	9	7	10	5	8

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

**Cintia Costante da Silva**

Nutricionista da Divisão de Alimentação  
e Nutrição Escolar CRM - 361140