

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

Cardápio: CI CEIEF (Acima de 1 ano)
Mês: Julho - 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	02/07	03/07	04/07	05/07	06/07
DESTEJUM	Leite Branco e Pão com Margarina	Leite Caramelado e Biscoito Tipo Rosca	Leite Batido com Banana e Pão com Requeijão	Flocos de Milho com Leite	Leite Batido com Banana e Pão com Margarina
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Omelete de Forno (com Cebola e Tomate em cubos)/Salada de Chuchu	Arroz/Feijão/ Carne Moída Refogada/ Salada de Beterraba	Arroz/Feijão/ Quibe Assado/ Salada de Repolho	Arroz/Feijão/ Fígado Acebolado/ Purê de Batata/ Salada de Alface	Arroz/Feijão/ Carne Refogada/ Salada de Escarola
LANCHE	Pera	Gelatina	Banana	Mamão	Maça
JANTAR	Arroz/Feijão/ Carne Refogada/ Salada de Acelga	Sopa de Feijão, Macarrão, Frango, Mandioca e Cenoura	Sopa de Feijão, Macarrão, Carne, Mandiocquinha e Couve	Sopa de Macarrão, Feijão, Frango, Batata e Cenoura	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa Refogada/ Salada de Pepino
CALORIAS (kcal)	760	648	821	677	841
CARBOIDRATO (g)	94	91	129	106	115
PROTEÍNA (g)	35	36	41	38	36
LÍPIDIOS (g)	28	16	17	13	28
VITAMINA A (Ug)	204	96	95	3296	166
VITAMINA C (Mg)	24	19	64	154	21
FERRO (Mg)	6	4	7	7	6
MAGNÉSIO (Mg)	124	147	180	150	158
ZINCO (Mg)	5	4	7	6	5
CÁLCIO (Mg)	355	321	411	383	339
FIBRAS (g)	9	11	12	12	11

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

Cardápio: CI CEIEF (Acima de 1 ano)
Mês: Julho - 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	09/07	10/07	11/07	12/07	13/07
DESEJUM	Leite Caramelado e Biscoito Tipo Rosca	Leite Branco e Pão com Requeijão	Leite Branco e Biscoito Tipo Sequilho	Flocos de Milho com Leite	Leite Branco e Biscoito Tipo Rosca
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Frango Refogado/ Salada de Acelga	Arroz/Feijão/ Carne Moída Refogada/ Salada de Repolho	Arroz/Feijão/ Sobrecoca Refogada/ Salada de Escarola	Arroz/Feijão/ Moqueca de Peixe (com Mandioca, Tomate e Cebola)	Arroz/Feijão/ Carne Refogada/ Salada de Alface
LANCHE	Pera	Gelatina	Banana	Maça	Mamão
JANTAR	Sopa de Macarrão, Carne, Feijão, Chuchu e Cenoura	Arroz/Feijão/ Frango Refogado com Batata	Sopa de Macarrão, Feijão, Carne, Cenoura e Couve	Arroz/Feijão/ Carne Refogada/ Salada de Pepino	Sopa de Macarrão, Feijão, Frango, Batata e Chuchu
CALORIAS (kcal)	620	625	680	596	640
CARBOIDRATO (g)	86	87	96	92	90
PROTEÍNA (g)	36	38	36	31	37
LIPÍDIOS (g)	16	14	18	12	16
VITAMINA A (Ug)	96	95	97	95	96
VITAMINA C (Mg)	27	28	60	32	150
FERRO (Mg)	4	5	5	4	5
MAGNÉSIO (Mg)	128	130	166	133	154
ZINCO (Mg)	4	5	4	5	4
CÁLCIO (Mg)	330	334	382	330	356
FIBRAS (g)	11	8	14	10	12

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

Cardápio: CI CEIEF (Acima de 1 ano)
Mês: Julho - 2018

	SEGUNDA-FEIRA 16/07	TERÇA-FEIRA 17/07	QUARTA-FEIRA 18/07	QUINTA-FEIRA 19/07	SEXTA-FEIRA 20/07
DESJETO	Leite Branco e Pão com Margarina	Leite Caramelado e Biscoito Tipo Rosca	Leite Batido com Banana e Pão com Requeijão	Flocos de Milho com Leite	Leite Batido com Banana e Pão com Margarina
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa Refogada/ Salada de Repolho	Arroz/Feijão/ Almôndegas ao Molho/ Salada de Beterraba	Arroz/Feijão/ Carne Moída Refogada/ Salada de Alface	Arroz/Feijão Frango Refogado/ Salada de Escarola	Arroz/Feijão/ Carne Refogada/ Salada de Pepino
LANCHE	Maça	Gelatina	Banana	Mamão	Pera
JANTAR	Sopa de Macarrão, Feijão, Carne, Cenoura e Mandioquinha	Sopa de Macarrão, Feijão, Frango, Batata e Chuchu	Sopa de Macarrão, Feijão, Carne, Tomate e Couve	Sopa de Macarrão, Feijão, Carne, Chuchu e Cenoura	Sopa de Macarrão, Feijão, Frango, Batata e Cenoura
CALORIAS (kcal)	848	659	755	561	736
CARBOIDRATO (g)	114	82	112	78	93
PROTEÍNA (g)	37	37	41	35	37
LÍPIDIOS (g)	28	16	17	14	25
VITAMINA A (Ug)	166	95	96	96	165
VITAMINA C (Mg)	24	27	68	139	16
FERRO (Mg)	5	4	6	5	5
MAGNÉSIO (Mg)	133	125	167	150	152
ZINCO (Mg)	5	3	7	5	5
CÁLCIO (Mg)	347	303	399	383	319
FIBRAS (g)	11	10	11	12	9

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

Cardápio: CI CEIEF (Acima de 1 ano)
Mês: Julho - 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	23/07	24/07	25/07	26/07	27/07
DESJEJUM	Leite Caramelado e Biscoito Tipo Rosca	Leite Branco e Pão com Requeijão	Leite Branco e Biscoito Tipo Sequilho	Flocos de Milho com Leite	Leite Branco e Pão com Margarina
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Frango Refogado/ Salada de Acelga	Arroz/Feijão/ Carne Moída Refogada/ Salada de Beterraba	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa Refogada/ Salada de Escarola	Arroz/Feijão/ Carne Refogada/ Salada de Pepino	Arroz/Feijão/ Frango Refogado/ Salada de Alfaca
LANCHE	Maça	Gelatina	Banana	Mamão	Festa de Aniversário
JANTAR	Sopa de Feijão, Macarrão, Carne, Batata e Cenoura	Sopa de Macarrão, Feijão, Frango, Cenoura e Abobrinha	Sopa de Feijão, Macarrão, Carne, Mandioca e Couve	Sopa de Feijão, Macarrão, Frango, Mandioca e Cenoura	Cachorro-Quente e Bolo
CALORIAS (kcal)	639	680	635	688	833
CARBOIDRATO (g)	91	98	92	106	104
PROTEÍNA (g)	36	40	34	37	33
LÍPIDIOS (g)	16	14	16	14	32
VITAMINA A (Ug)	96	95	96	96	164
VITAMINA C (Mg)	35	12	60	140	15
FERRO (Mg)	4	5	4	5	4
MAGNÉSIO (Mg)	131	136	136	163	99
ZINCO (Mg)	4	6	3	5	3
CÁLCIO (Mg)	327	341	359	374	329
FIBRAS (g)	11	11	9	12	4

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

Cardápio: CI CEIEF (Acima de 1 ano)
Mês: Julho/Agosto - 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	30/07	31/07	01/08	02/08	03/08
DESJEJUM	Leite Caramelado e Biscoito Tipo Rosca	Leite Branco e Pão com Margarina	Flocos de Milho com Leite	Leite Caramelado e Pão com Requeijão	Leite Branco e Biscoito Tipo Sequilho
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Frango Refogado/ Salada de Repolho	Arroz/Feijão/ Carne Refogada/ Salada de Beterraba	Arroz/Feijão/ Nuggets Assado/ Salada de Acelga	Arroz/Feijão/ Carne Moída Refogada/ Salada de Pepino	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa Refogada/ Purê de Batata/ Salada de Escarola
LANCHE	Maça	Gelatina	Banana	Mamão	Pera
JANTAR	Sopa de Fubá, Carne Moída, Tomate e Vagem	Sopa de Macarrão, Feijão, Frango, Cenoura e Batata	Arroz/Feijão/ Carne Refogada/ Salada de Alfafa	Sopa de Feijão, Macarrão, Carne, Mandioca e Chuchu	Arroz/Feijão/ Carne Refogada com Cenoura
CALORIAS (kcal)	526	792	678	781	604
CARBOIDRATO (g)	68	102	96	119	81
PROTEÍNA (g)	32	40	33	40	32
LIPÍDIOS (g)	15	25	20	17	18
VITAMINA A (Ug)	96	165	95	96	97
VITAMINA C (Mg)	28	24	33	139	19
FERRO (Mg)	3	5	5	6	4
MAGNÉSIO (Mg)	104	141	146	165	121
ZINCO (Mg)	3	5	5	6	4
CÁLCIO (Mg)	310	335	359	378	324
FIBRAS (g)	8	10	10	11	10

OBS: Cardápio sujeito a alterações.