

**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](mailto:educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br)

**Cardápio: LANCHE NOTURNO**

**Mês: Novembro 2018**

LANCHE	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	05/11	06/11	07/11	08/11	09/11
Pão com Omelete (com Cebola e Tomate)/ Composto Lácteo	Pão com Carne Bovina Moída ao Molho/ Composto Lácteo	Pão com Mussarela e Tomate/ Composto Lácteo/ Banana	Pão com Sobrecoxa de Frango com Tomate e Cebola/ Composto Lácteo/ Mamão	Pão com Carne Bovina Refogada com Tomate e Cebola/ Composto Lácteo	
CALORIAS (kcal)	381	388	500	463	411
CARBOIDRATO (G)	54	53	77	68	53
PROTEÍNA (G)	16	22	17	20	22
LÍPIDIOS (G)	11	9	14	12	12
VITAMINA A (Ug)	175	136	168	137	137
VITAMINA C (Mg)	22	20	26	25	22
FERRO (Mg)	6	6	5	6	6
MAGNÉSIO (Mg)	26	31	55	38	33
ZINCO (Mg)	2	4	3	2	3
CÁLCIO (Mg)	199	177	441	184	192
FIBRAS (G)	3	2	4	4	3

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](mailto:educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br)

### Cardápio: LANCHE NOTURNO

Mês: Novembro 2018

LANCHE	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
	19/11	20/11	21/11	22/11	23/11			
<b>PONTO FACULTATIVO</b>  <b>FERIADO</b>			Pão com Carne Bovina Refogada com Tomate e Cebola/ Composto Lácteo	Sanduíche Natural (Pão com Frango Desfiado, Requeijão e Cenoura Ralada)/ Composto Lácteo	Pão com Carne Bovina Moída ao Molho/ Composto Lácteo/ Marmão			
						411	410	456
						53	56	70
						22	23	23
						12	10	9
						137	136	136
						22	29	137
						6	5	6
						33	45	57
						3	2	4
192	218	215						
3	4	5						

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](mailto:educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br)

### Cardápio: LANCHE NOTURNO

Mês: Novembro 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	26/11	27/11	28/11	29/11	30/11
<b>LANCHE</b>	Pão com Carne Bovina Refogada com Tomate e Cebola/ Composto Lácteo	Pão com Mussarela e Tomate/ Composto Lácteo/ Maga	Sanduíche Natural (Pão com Frango Desfiado, Requeijão, Cenoura Ralada)/ Composto Lácteo/ Banana	Pão com Carne Bovina Moída Refogada com Cebola/ Composto Lácteo	Pão com Peito de Frango Refogado com Tomate e Cebola/ Composto Lácteo
CALORIAS (kcal)	411	464	406	388	380
CARBOIDRATO (G)	53	69	55	53	53
PROTEÍNA (G)	22	16	23	22	22
LIPÍDIOS (G)	12	14	10	9	8
VITAMINA A (Ug)	137	168	136	136	136
VITAMINA C (Mg)	22	22	21	20	20
FERRO (Mg)	6	5	5	6	5
MAGNÉSIO (Mg)	33	29	41	31	38
ZINCO (Mg)	3	3	2	4	2
CÁLCIO (Mg)	192	440	204	177	180
FIBRAS (G)	3	4	3	2	2

OBS: Cardápio sujeito a alterações.