

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

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

Telefone: 3404-1846

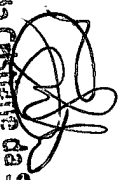
E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: EMEI/EMEIEF

Mês: Setembro - 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	03/09	04/09	05/09	06/09	07/09
DEJEJUM	Composto Lácteo e Biscoito Doce	Composto Lácteo e Pão com Requeijão	Composto Lácteo e Biscoito Salgado	Composto Lácteo e Biscoito Maria	
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Omelete (com Cebola e Tomate)/ Salada de Repolho	Arroz/Feijão/ Quibe Assado/ Salada de Chuchu	Arroz/Feijão/ Carne Refogada/ Purê de Batata/ Salada de Alface/ Banana	Macarrão ao Molho de Frango/Salada de Cenoura Cozida/ Maça	FERIADO
CALORIAS (kcal)	440	593	626	518	
CARBOIDRATO (g)	62	79	99	82	
PROTEÍNA (g)	18	22	29	24	
LÍPIDIOS (g)	13	21	15	11	
VITAMINA A (Ug)	175	135	137	136	
VITAMINA C (Mg)	28	23	37	28	
FERRO (Mg)	6	6	7	5	
MAGNÉSIO (Mg)	67	62	106	44	
ZINCO (Mg)	2	2	3	1	
CÁLCIO (Mg)	220	260	228	185	
FIBRAS (g)	8	7	10	6	

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRN - 34149

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

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

Telefone: 3404-1846

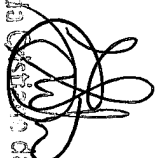
E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: EMEI/EMETEF

Mês: Setembro - 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	10/09	11/09	12/09	13/09	14/09
DESJEJUM	Composto Lácteo e Biscoito Doce	Composto Lácteo e Pão com Geléia	Flocos de Milho com Leite	Composto Lácteo e Biscoito Salgado	Composto Lácteo e Pão com Requeijão
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Frango Refogado/ Salada de Acelga	Macarrão ao Molho de Carne/ Salada de Beterraba Cozida	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa Assada com Batata/ Banana	Arroz/Feijão/ Fígado Acebolado/ Salada de Escarola Mamão	Arroz/Feijão/ Carne Moída Refogada com Milho/ Salada de Chuchu
CALORIAS (kcal)	441	588	611	516	544
CARBOIDRATO (g)	61	93	104	77	74
PROTEÍNA (g)	25	26	25	26	29
LIPÍDIOS (g)	10	12	12	12	14
VITAMINA A (Ug)	136	137	137	4897	136
VITAMINA C (Mg)	30	25	44	139	23
FERRO (Mg)	6	6	7	9	7
MAGNÉSIO (Mg)	80	40	102	96	74
ZINCO (Mg)	2	3	5	3	5
CÁLCIO (Mg)	207	201	237	235	262
FIBRAS (g)	8	5	9	11	7

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


Cíntia Castro da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
021.002.011 - 047 193 - 24148

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

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

Telefone: 3404-1846

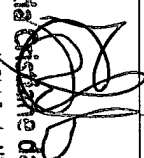
E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: EMEI/EMEIEF

Mês: Setembro - 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	17/09	18/09	19/09	20/09	21/09
DESJEJUM	Composto Lácteo e Biscoito Maria	Composto Lácteo e Pão com Geléia	Composto Lácteo e Biscoito Doce	Composto Lácteo e Pão com Margarina	Composto Lácteo e Biscoito Salgado
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Sobrecoca Refogada/ Salada de Cenoura Cozida	Arroz/Feijão/ Carne Moída Refogada/ Salada de Beterraba Cozida	Arroz/Feijão/ Moqueca de Peixe (com Mandioca, Tomate e Cebola)/Banana	Arroz/Feijão/ Frango Refogado/ Polenta/Salada de Escarola	Macarrão ao Molho de Almôndegas/ Salada de Repolho/ Maçã
CALORIAS (kcal)	472	581	549	655	558
CARBOIDRATO (g)	62	91	98	84	80
PROTEÍNA (g)	23	27	21	28	21
LÍPIDIOS (g)	141	12	9	22	14
VITAMINA A (Ug)	37	137	135	229	135
VITAMINA C (Mg)	23	25	33	22	32
FERRO (Mg)	6	8	6	7	5
MAGNÉSIO (Mg)	77	82	111	88	25
ZINCO (Mg)	2	4	2	3	1
CÁLCIO (Mg)	198	221	200	222	177
FIBRAS (g)	9	8	10	8	6

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

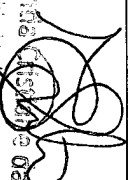

Carla Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Dietética Escolar CNP - 31140

Cardápio: EMEI/EMETEF

Mês: Setembro - 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	24/09	25/09	26/09	27/09	28/09
DESJEJUM	Composto Lácteo e Biscoito Maria	Composto Lácteo e Pão com Margarina	Flocos de Milho com Leite	Composto Lácteo e Pão com Requeijão	Composto Lácteo e Biscoito Doce
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa Refogada/ Salada de Acelga	Arroz/Feijão/ Carne Refogada com Batata	Macarrão ao Sugo/ Nuggets Assado/ Salada de Alface/ Banana	Arroz/Feijão/ Carne Moída Refogada/ Salada de Chuchu/ Mamão	Sanduíche Natural (Pão com frango desfiado, requeijão, alface e cenoura)
CALORIAS (kcal)	467	652	656	612	554
CARBOIDRATO (G)	61	77	114	91	74
PROTEÍNA (G)	23	27	20	30	27
LÍPIDIOS (G)	14	26	15	14	16
VITAMINA A (Ug)	137	229	135	136	136
VITAMINA C (Mg)	30	32	41	141	29
FERRO (Mg)	6	8	6	8	5
MAGNÉSIO (Mg)	77	78	46	99	53
ZINCO (Mg)	2	4	4	5	2
CÁLCIO (Mg)	206	215	232	299	272
FIBRAS (G)	8	7	6	10	5

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


Cirineia de Almeida da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
Educação - Setembro - 2018