



DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Rua João Kuhl Filho, s/nº, Vila São João.
Telefones: 3404-1846


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

Cardápio: LANCHE NOTURNO

Mês: Março

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	04/03	05/03	06/03	07/03	08/03
LANCHE					
CALORIAS (kcal)					
CARBOIDRATO (g)					
PROTEÍNA (g)					
LIPÍDIOS (g)					
VITAMINA A (Ug)					
VITAMINA C (Mg)					
FERRO (Mg)					
MAGNÉSIO (Mg)					
ZINCO (Mg)					
CÁLCIO (Mg)					
FIBRAS (g)					
	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	REUNIÃO PEDAGÓGICA	FORMAÇÃO PEDAGÓGICA	FORMAÇÃO PEDAGÓGICA

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Hidratação Escolar
C.A. 341140

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: LANCHE NOTURNO

Mês: Março

LANCHE	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	11/03	12/03	13/03	14/03	15/03
Pão com Carne Bovina Moída ao Molho/ Composto Lácteo/ Maça	Pão com Sobrecoxa Refogada com Tomate e Cebola/Composto Lácteo	Pão com Carne Bovina Refogada com Tomate e Cebola/ Composto Lácteo/ Banana	Pão com Mussarela e Tomate/ Composto Lácteo/ Mamão	Sanduíche Natural (Pão com Frango Desfiado, Requeijão, Cenoura e Alface)/ Composto Lácteo	
CALORIAS (kcal)	390	363	428	400	437
CARBOIDRATO (g)	57	45	64	55	48
PROTEÍNA (g)	21	18	21	15	24
LIPÍDIOS (g)	9	12	10	14	16
VITAMINA A (Ug)	79	80	79	110	79
VITAMINA C (Mg)	13	11	16	74	17
FERRO (Mg)	4	4	5	4	4
MAGNÉSIO (Mg)	30	27	51	37	42
ZINCO (Mg)	5	3	4	3	3
CÁLCIO (Mg)	126	126	126	405	145
FIBRAS (g)	3	2	4	3	4

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: LANCHE NOTURNO

Mês: Março

LANCHE	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	18/03	19/03	20/03	21/03	22/03
	Pão com Carne Bovina Refogada com Tomate e Cebola/ Composto Lácteo	Sanduíche Natural (Pão com Frango Desfiado, Requeijão, Cenoura e Alface)/ Composto Lácteo	Pão com Mussarela e Tomate/ Composto Lácteo/ Banana	Pão com Carne Bovina Moída Refogada com Tomate e Cebola / Composto Lácteo	Pão com Sobrecoxa ao Molho/Composto Lácteo/Maçã
CALORIAS (kcal)	354	437	438	345	407
CARBOIDRATO (G)	45	48	65	45	57
PROTEÍNA (G)	20	24	15	20	18
LÍPIDIOS (G)	10	16	14	9	12
VITAMINA A (Ug)	79	79	110	79	80
VITAMINA C (Mg)	11	17	16	11	13
FERRO (Mg)	4	4	4	4	4
MAGNÉSIO (Mg)	29	42	46	28	28
ZINCO (Mg)	4	3	4	5	3
CÁLCIO (Mg)	124	145	387	124	127
FIBRAS (G)	2	4	4	2	3

OBS: Cardápio sujeito a alterações.



DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

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

Telefones: 3404-1846

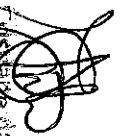
E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: LANCHE NOTURNO

Mês: Março

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE	25/03	26/03	27/03	28/03	29/03
	Sanduíche Natural (Pão com Frango Desfiado, Requeijão, Cenoura e Alface)/ Composto Lácteo	Pão com Carne Bovina Moída Refogada com Tomate e Cebola / Composto Lácteo	Pão com Presunto e Tomate/ Composto Lácteo/ Banana	Pão com Sobrecoxa ao Molho/ Composto Lácteo/ Mamão	Cachorro-Quente com Purê de Batata e Vinagrete
CALORIAS (kcal)	418	345	367	399	408
CARBOIDRATO (G)	47	45	64	54	62
PROTEÍNA (G)	24	20	13	19	13
LÍPIDIOS (G)	16	9	7	12	13
VITAMINA A (Ug)	169	79	78	80	78
VITAMINA C (Mg)	17	11	16	74	11
FERRO (Mg)	4	4	4	4	3
MAGNÉSIO (Mg)	31	28	44	40	16
ZINCO (Mg)	2	5	3	3	2
CÁLCIO (Mg)	148	124	132	146	124
FIBRAS (G)	5	2	4	3	2

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


Cintia Conselheiro de Silva
 Nutricionista da Divisão de Alimentação
 e Nutrição Escolar CRN - 34140