

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: Junho - 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	04/06	05/06	06/06	07/06	08/06
DESJEJUM	Leite Branco e Pão com Margarina	Leite Caramelado e Biscoito Tipo Sequilho	Leite Batido com Maça e Pão com Requeijão	Flocos de Milho com Leite	Leite Batido com Mamão e Pão com Margarina
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Ovos Primavera (com Cebola, Tomate em Cubos, Abobrinha Ralada e Cenoura Ralada)	Arroz/Feijão/ Sobrecoca Refogada/ Salada de Beterraba	Arroz/Feijão/ Carne Refogada com Beringela/ Salada de Alface	Sopa de Macarrão, Frango, Batata e Cenoura/ Banana	Arroz/Feijão/ Carne Moída Refogada/ Purê de Batata/ Salada de Escarola
CALORIAS (kcal)	676	520	703	666	808
CARBOIDRATO (g)	75	60	92	107	105
PROTEÍNA (g)	26	26	35	31	35
LÍPIDIOS (g)	31	20	22	14	29
VITAMINA A (Ug)	262	132	132	131	224
VITAMINA C (Mg)	14	13	16	39	138
FERRO (Mg)	4	3	5	3	5
MAGNÉSIO (Mg)	100	101	116	95	133
ZINCO (Mg)	4	3	5	5	6
CÁLCIO (Mg)	414	364	463	408	456
FIBRAS (g)	7	6	9	5	8

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: EMEI/EMEIEF

Mês: Junho - 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	11/06	12/06	13/06	14/06	15/06
DESJEJUM	Leite Caramelado e Biscoito Tipo Rosca	Leite Branco e Pão com Margarina	Flocos de Milho com Leite	Leite Batido com Banana e Biscoito Tipo Sequilho	Leite Batido com Mamão e Pão com Requeijão
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Frango Refogado/ Salada de Acelga	Sopa de Macarrão, Feijão, Carne, Mandioca e Cenoura	Arroz/Feijão/ Sobrecoca Assada/ Salada de Alface	Arroz/Feijão/ Fígado Acebolado/ Salada de Escarola Mamão	Arroz/Feijão/ Quibe Assado/ Salada de Almeirão
CALORIAS (kcal)	501	834	558	653	718
CARBOIDRATO (g)	59	102	73	99	94
PROTEÍNA (g)	30	35	29	30	28
LÍPIDIOS (g)	16	32	17	17	26
VITAMINA A (Ug)	131	224	132	4892	130
VITAMINA C (Mg)	22	20	25	138	135
FERRO (Mg)	3	5	4	6	4
MAGNÉSIO (Mg)	108	121	100	142	117
ZINCO (Mg)	3	5	6	4	3
CÁLCIO (Mg)	388	413	429	414	489
FIBRAS (g)	6	7	6	10	8

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

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

 Telefone: 3404-1846

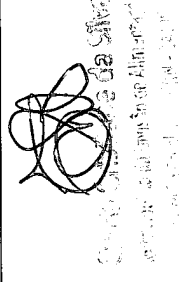
 E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: EMEI/EMEIEF

Mês: Junho - 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	18/06	19/06	20/06	21/06	22/06
	Leite Branco e Pão com Margarina	Leite Caramelado e Biscoito Tipo Rosca	Leite Branco e Pão com Requeijão	Leite Batido com Banana e Bolo de Fubá	Leite Batido com Mamão e Biscoito Tipo Sequilho
DESJEJUM					
	Arroz/Feijão/ Sobrecoca Refogada/ Salada de Repolho	Arroz/Feijão/ Carne Moída Refogada/ Salada de Beterraba	Arroz/Feijão/ Moqueca de Peixe (com Mandioca, Tomate e Cebola)/Banana	Cachorro-Quente com Purê de Batata e Vinagrete/ Pipoca	Sopa de Macarrão, Carne, Cenoura e Chuchu
ALMOÇO					
CALORIAS (kcal)	689	521	706	774	642
CARBOIDRATO (G)	71	62	109	124	82
PROTEÍNA (G)	30	30	30	21	23
LÍPIDIOS (G)	32	17	17	18	26
VITAMINA A (Ug)	225	131	130	130	130
VITAMINA C (Mg)	19	14	24	24	135
FERRO (Mg)	4	4	4	2	1
MAGNÉSIO (Mg)	106	107	141	89	66
ZINCO (Mg)	4	5	4	3	2
CÁLCIO (Mg)	398	375	451	405	384
FIBRAS (G)	6	7	8	3	6

OBS: Cardápio sujeito a alterações.



 Nutricionista

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: Junho - 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	25/06	26/06	27/06	28/06	29/06
DESJEJUM	Leite Branco e Biscoito Tipo Sequilho	Leite Caramelado e Pão com Queijo	Flocos de Milho com Leite	Leite Batido com Banana e Pão com Margarina	Leite Batido com Mamão e Pão com Margarina
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa Assada/ Salada de Acelga	Arroz/Feijão/ Carne Refogada com Berinjela/ Salada de Chuchu	Sopa de Macarrão, Frango, Batata e Cenoura/ Maça	Arroz/Feijão/ Carne Moída Refogada/ Salada de Repolho	Arroz/Feijão/ Frango Refogado/ Salada de Pepino
CALORIAS (kcal)	610	634	630	764	728
CARBOIDRATO (G)	57	74	99	95	88
PROTEÍNA (G)	38	34	30	34	33
LÍPIDIOS (G)	25	22	14	29	28
VITAMINA A (Ug)	134	132	131	224	224
VITAMINA C (Mg)	20	17	35	25	131
FERRO (Mg)	4	4	2	5	4
MAGNÉSIO (Mg)	108	108	69	131	135
ZINCO (Mg)	4	5	5	6	4
CÁLCIO (Mg)	387	458	407	399	426
FIBRAS (G)	5	7	4	8	8

OBS: Cardápio sujeito a alterações.