

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

DESPESAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	01/07	02/07	03/07	04/07	05/07
<b>DESJEJUM</b>	Leite com Achocolatado e Biscoito Salgado	Leite Caramelado e Biscoito Leite	Leite Rosa e Pão com Requeijão	Leite Branco e Pão com Margarina	Leite com Achocolatado e Biscoito Maisena
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/Feijão/ Omelete (com Cebola e Tomate)/Salada de Beterraba	Arroz/Feijão/ Carne Bovina em Flocos Acebolada/ Salada de Chuchu	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa Refogada com Tomate e Cebola/ Salada de Cenoura	Arroz/Feijão/ Carne Bovina Refogada/ Salada de Pepino	Arroz/Feijão/Peito de Frango Refogado com Tomate e Cebola/Salada de Repolho
<b>LANCHE</b>	Leite com Achocolatado e Biscoito Maisena	Gelatina	Banana	Maçã	Leite Caramelado e Biscoito Leite
<b>JANTAR</b>	Canja de Galinha (Arroz, Frango, Batata, Cenoura, Tomate e Salsa)	Sopa (Macarrão, Frango, Chuchu e Abóbora)	Sopa (Macarrão, Feijão, Carne Bovina, Mandioca, Cenoura e Couve Manteiga)	Sopa (Macarrão, Carne Bovina Moída, Batata, Mandioquinha e Tomate)	Arroz/Feijão Carne Moída com Tomate e Cebola
<b>VALORES NUTRICIONAIS</b>					
CALORIAS (Kcal)	793	560	810	749	792
CARBOIDRATO (G)	122	81	122	97	116
PROTEÍNA (G)	31	29	34	30	35
LÍPIDIOS (G)	20	13	21	27	20
VITAMINA A (Ug)	446	129	209	129	335
VITAMINA C (Mg)	60	39	56	41	68
FERRO (Mg)	8	5	7	6	9
MAGNÉSIO (Mg)	110	74	132	74	125
ZINCO (Mg)	5	4	5	5	6
CÁLCIO (Mg)	589	307	353	310	591
FIBRAS (G)	8	6	11	7	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](mailto:educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br)

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

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	08/07	09/07	10/07	11/07	12/07
<b>DESTEJUM</b>					
<b>ALMOÇO</b>	Planejamento/ Formação	FERIADO	Leite com Achatolado e Biscoito Rosca	Leite Rosa e Pão com Margarina	Leite com Achatolado e Pão com Requeijão
			Arroz/Feijão/ Carne Bovina em Flocos Acebollada/ Salada de Chuchu	Arroz/Feijão/ Sobrecocxa Refogada/ Salada de Beterraba	Arroz/Feijão/ Carne Bovina Moída Refogada/ Salada de Tomate
<b>LANCHE</b>			Leite Caramelado e Biscoito Leite	Maçã	Banana
<b>JANTAR</b>			Sopa (Macarrão, Sobrecocxa, Abobrinha, Cenoura e Tomate)	Sopa (Macarrão, Feijão, Carne Bovina, Mandioca, Cenoura e Couve Manteiga)	Canja de Galinha (Arroz, Frango, Batata, Cenoura, Tomate e Salsa)
CALORIAS (kcal)			756	841	693
CARBOIDRATO (g)			102	115	102
PROTEÍNA (g)			32	31	33
LIPÍDIOS (g)			24	28	17
VITAMINA A (Ug)			336	209	208
VITAMINA C (Mg)			66	53	46
FERRO (Mg)			8	7	6
MAGNÉSIO (Mg)			95	113	112
ZINCO (Mg)			6	5	5
CÁLCIO (Mg)			584	351	313
FIBRAS (g)			8	10	8

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

**Cintia Crisostomo da Silva**  
 Nutricionista da Divisão de Alimentação  
 e Nutrição Escolar CRN - 34148



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

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

	SEGUNDA-FEIRA 15/07	TERÇA-FEIRA 16/07	QUARTA-FEIRA 17/07	QUINTA-FEIRA 18/07	SEXTA-FEIRA 19/07
<b>DESJEJUM</b>	Leite com Achatolado e Biscoito Salgado	Leite Caramelado e Biscoito Rosca	Leite Rosa e Biscoito Maisena		
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/Feijão/ Peito de Frango com Tomate e Cebola /Salada de Repolho	Arroz/Feijão/ Carne Bovina Refogada com Tomate, Cebola e Batata	Arroz/Feijão/ Quibe Assado/ Salada de Cenoura		
<b>LANCHE</b>	Leite Caramelado e Pão com Margarina	Maçã	Gelatina	<b>RECESSO</b>	<b>RECESSO</b>
<b>JANTAR</b>	Sopa (Macarrão, Carne Bovina Moída, Batata, Mandioquinha e Tomate)	Sopa (Macarrão, Sobrecoca, Abobrinha, Cenoura e Tomate)	Arroz/Feijão/Peito de Frango Refogado com Pimentão, Tomate e Cebola		
	CALORIAS (Kcal)	621	630		
	CARBOIDRATO (G)	119	92	101	
	PROTÉINA (G)	35	28	28	
	LÍPIDIOS (G)	32	16	12	
	VITAMINA A (Ug)	335	129	207	
	VITAMINA C (Mg)	72	44	37	
	FERRO (Mg)	9	5	6	
	MAGNÉSIO (Mg)	102	73	114	
	ZINCO (Mg)	7	4	5	
	CÁLCIO (Mg)	585	308	324	
	FIBRAS (G)	8	7	8	

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

**Cristina Cristiane Da Silva**  
 Nutricionista da Divisão de Alimentação  
 e Ração Escolar - CRM - 34140

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

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

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJEJUM	22/07	23/07	24/07	25/07	26/07
ALMOÇO			Leite Branco e Biscoito Salgado Arroz/Feijão/ Carne Bovina Moída Refogada/ Salada de Beterraba	Leite com Achiocolatado e Pão com Margarina Arroz/Feijão/ Sobrecoxa Refogada/ Salada de Acelga	Leite Caramelado e Pão com Requeijão Arroz/Feijão/ Carne Bovina Refogada com Tomate e Cebola
LANCHE	RECESSO	RECESSO	Leite com Achiocolatado e Biscoito Leite	Mamão	Pão com Carne Bovina Moída ao Molho/ Bolo (PREPARO)
JANTAR			Sopa (Macarrão, Frango, Chuchu e Abóbora)	Sopa (Macarrão, Carne Bovina Moída, Batata, Mandioquinha e Tomate)	
			770	782	828
			111	104	122
			34	29	34
			21	28	22
			335	209	129
			63	105	33
			8	6	7
			102	92	86
			6	6	7
			578	339	342
			8	8	6

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

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

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	29/07	30/07	31/07	01/08	02/08
<b>DESJEJUM</b>	Leite com Achocolatado e Biscoito Rosca	Leite Caramelado e Biscoito Leite	Leite com Achocolatado e Pão com Geléia	Leite Rosa e Pão com Requeijão	Leite com Achocolatado e Biscoito Salgado
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa Refogada com Tomate e Cebola/ Salada de Acelga	Arroz/Feijão/ Torta Madalena (Carne Moída Assada)/ Salada de Pepino	Arroz/Feijão/ Fígado Bovino em Iscas Acebolado/ Salada de Alface	Arroz/Feijão/ Peito de Frango Refogado/ Salada de Escarola	Arroz/Feijão/ Nuggets de Merluza Assado/ Salada de Tomate
<b>LANCHE</b>	Leite com Achocolatado e Biscoito Maisena	Gelatina	Banana	Maçã	Mamão
<b>JANTAR</b>	Sopa (Macarrão, Feijão, Carne Bovina, Mandioca, Cenoura e Couve Manteiga)	Canja de Galinha (Arroz, Frango, Batata, Cenoura, Tomate e Salsa)	Sopa (Macarrão, Frango, Chuchu e Abóbora)	Arroz/Feijão/ Almôndegas Assada ao Molho	Arroz/Feijão/ Carne Bovina Refogada com Batata
<b>CALORIAS (kcal)</b>	665	601	665	704	638
<b>CARBOIDRATO (G)</b>	98	91	108	102	98
<b>PROTEÍNA (G)</b>	30	30	31	29	27
<b>LIPÍDIOS (G)</b>	17	13	13	20	16
<b>VITAMINA A (Ug)</b>	209	129	3382	207	207
<b>VITAMINA C (Mg)</b>	55	42	42	36	100
<b>FERRO (Mg)</b>	7	5	8	7	6
<b>MAGNÉSIO (Mg)</b>	109	82	101	111	110
<b>ZINCO (Mg)</b>	5	5	5	5	4
<b>CÁLCIO (Mg)</b>	348	305	320	334	326
<b>FIBRAS (G)</b>	9	6	8	9	9

OBS: Cardápio sujeito a alterações.