



DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
 Rua João Kuhl Filho, s/nº, Vila São João.
 Telefone: 3404-1846
 E-mail: educacao.nutricionista@edu.ufscar.br

Cardápio: EMEI/EMEIF

Mês: Fevereiro

DESEJUM	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	10/02	11/02	12/02	13/02	14/02
	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Leite	Composto Lácteo Chocolate e Pão com Geléia	Composto Lácteo Baunilha e Biscoito Polvilho	Composto Lácteo Chocolate e Pão com Margarina	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Salgado Integral
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Peito de Frango Refogado/ Salada de Acelga/ Suco de Uva	Arroz Integral /Feijão/ Carne Bovina Moída ao Molho/ Polenta/ Salada de Cenoura	Macarrão ao Sugo/ Sobrecoxa Assada/ Salada de Escarola/ Maçã	Arroz/Feijão/ Moqueca de Peixe (com Mandioca, Tomate e Cebola)/ Salada de Alface/ Mamão	Arroz/Feijão/ Carne Bovina em Flocos Refogada/ Salada de Pepino
CALORIAS (kcal)	700	629	478	850	603
CARBOIDRATO (G)	96	106	69	101	68
PROTEÍNA (G)	25	28	19	25	25
LIPÍDIOS (G)	10	10	14	25	12
VITAMINA A (Ug)	79	79	80	78	79
VITAMINA C (Mg)	20	13	17	84	13
FERRO (Mg)	5	6	4	6	6
MAGNÉSIO (Mg)	87	113	31	114	82
ZINCO (Mg)	3	6	3	4	4
CÁLCIO (Mg)	153	158	134	196	132
FIBRAS (G)	6	9	4	9	6

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/EMEIF

Mês: Fevereiro

DESEJUM	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	17/02	18/02	19/02	20/02	21/02
	Composto Lácteo Morango e Biscoito Rosca Chocolate	Composto Lácteo Chocolate e Pão com Requeijão	Composto Lácteo Baunilha e Biscoito Leite	Composto Lácteo Chocolate e Pão com Geléia	Composto Lácteo Baunilha e Biscoito Rosca Coco
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Peito de Frango Refogado/Farofa (Cenoura, Ervilha, Ovos e Cebola)/ Salada de Repolho	Arroz Integral /Feijão/ Carne Bovina em Cubos com Batata/ Salada de Cenoura/ Suco de Uva	Arroz/Feijão/ Figado Acebolado/ Salada de Alface/ Banana	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa Refogada/ Salada de Beterraba	Macarrão com Almôndegas Assada ao Molho/ Salada de Escarola/ Maçã
CALORIAS (Kcal)	615	753	675	692	494
CARBOIDRATO (G)	75	114	89	96	75
PROTEÍNA (G)	26	30	25	27	16
LIPÍDIOS (G)	10	19	12	8	15
VITAMINA A (Ug)	79	79	4840	79	78
VITAMINA C (Mg)	27	22	22	12	17
FERRO (Mg)	5	6	8	5	4
MAGNÉSIO (Mg)	95	112	99	93	35
ZINCO (Mg)	3	5	5	4	3
CÁLCIO (Mg)	162	159	152	158	144
FIBRAS (G)	8	8	8	7	4

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

Cíntia Cristiane dos Santos
 Nutricionista da Divisão de Alimentação
 e Nutrição Escolar CNP - 34.490



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/EMEIF

Mês: Fevereiro

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJEJUM	24/02 Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Maisena	25/02	26/02 Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Rosca Chocolate	27/02 Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Salgado	28/02 Composto Lácteo Baunilha e Pão com Geléia
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Carne Bovina Moída Assada Refogada/ Salada de Chuchu	FERIADO	Macarrão ao Sugo/ Carne Bovina em Cubos Refogada/ Salada de Repolho	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa Refogada/ Salada de Cenoura/ Maçã	Pão com Carne Moída Assada ao Molho/ Suco de Uva
CALORIAS (kcal)	599		426	663	657
CARBOIDRATO (g)	70		57	81	113
PROTEÍNA (g)	25		21	23	25
LÍPIDIOS (g)	11		12	15	10
VITAMINA A (Ug)	79		79	80	79
VITAMINA C (Mg)	16		26	15	11
FERRO (Mg)	6		4	5	6
MAGNÉSIO (Mg)	80		30	82	39
ZINCO (Mg)	5		3	3	6
CÁLCIO (Mg)	141		128	139	150
FIBRAS (g)	6		3	8	3

OBS: Cardápio sujeito a alterações.