

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: CI CEIEF (Acima de 1 ano)
Mês: Setembro 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	03/09	04/09	05/09	06/09	07/09
DESJEJUM	Leite Branco e Biscoito Doce	Leite com Achiocolatado e Pão com Requeijão	Leite Branco e Biscoito Salgado	Leite Batido com Banana e Biscoito Maria	FERIADO
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 Alfaca	Arroz/Feijão/ Frango Refogado/ Salada de Cenoura Cozida	
LANCHE	Pera	Gelatina	Banana	Maçã	
JANTAR	Arroz/Feijão/ Frango Refogado/ Salada de Beterraba Cozida	Arroz/Feijão/ Carne Refogada com Mandioca	Macarrão ao Molho de Sobrecoca/ Salada de Acelga	Arroz/Feijão/ Carne Moída Refogada/ Salada de Escarola	
CALORIAS (kcal)	547	748	651	629	
CARBOIDRATO (g)	77	112	91	93	
PROTEÍNA (g)	32	38	34	35	
LÍPIDIOS (g)	16	16	18	15	
VITAMINA A (Ug)	134	175	97	96	
VITAMINA C (Mg)	21	19	36	22	
FERRO (Mg)	4	7	4	5	
MAGNÉSIO (Mg)	129	158	124	155	
ZINCO (Mg)	3	7	4	4	
CÁLCIO (Mg)	329	348	322	325	
FIBRAS (g)	11	8	8	12	

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: CI CEIEF (Acima de 1 ano)
Mês: Setembro 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	10/09	11/09	12/09	13/09	14/09
DESJEJUM	Leite Caramelado e Biscoito Doce	Leite com Acharcolatado e Pão com Geléia	Flocos de Milho com Leite	Leite Batido com Banana e Biscoito Salgado	Leite com Acharcolatado e Pão com Requeijão
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Frango Refogado/ Salada de Acelga	Arroz/Feijão/ Carne Refogada/ Salada de Beterraba Cozida	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa Assada com Batata	Arroz/Feijão/ Fígado Acebolado/ Salada de Escarola	Arroz/Feijão/ Carne Moída Refogada com Milho/ Salada de Chuchu
LANCHE	Maçã	Gelatina	Banana	Mamão	Pera
JANTAR	Arroz/Feijão/ Carne Moída Refogada/ Salada de Cenoura Cozida	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa ao Molho/ Polenta	Macarrão ao Molho de Carne/ Salada de Repolho	Arroz/Feijão Almôndegas ao Molho/ Salada de Alface	Arroz/Feijão Frango Refogado/ Salada de Pepino
CALORIAS (kcal)	556	748	635	725	685
CARBOIDRATO (g)	76	111	92	101	102
PROTEÍNA (g)	34	36	32	38	38
LÍPIDIOS (g)	13	18	16	17	14
VITAMINA A (Ug)	95	176	97	3269	175
VITAMINA C (Mg)	24	13	38	144	17
FERRO (Mg)	4	6	4	7	5
MAGNÉSIO (Mg)	127	140	116	168	137
ZINCO (Mg)	4	5	5	4	5
CÁLCIO (Mg)	318	326	317	356	332
FIBRAS (g)	11	10	7	14	10

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

Cristina Oliveira da Silva
Nutricionista da Unidade de Alimentação e Nutrição
CRN-3404

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: CI CEIEF (Acima de 1 ano)
Mês: Setembro 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	17/09	18/09	19/09	20/09	21/09
DEJEJUM	Leite com Acharcolatado e Biscoito Maria	Leite Branco e Pão com Geléia	Leite Batido com Banana e Biscoito Doce	Leite Caramelado e Pão com Margarina	Leite com Acharcolatado 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)	Arroz/Feijão/ Frango Refogado/ Polenta/ Escarola	Arroz/Feijão/ Carne Refogada/ Salada de Alfaca
LANCHE	Maçã	Gelatina	Banana	Mamão	Pera
JANTAR	Arroz/Feijão/ Carne Refogada/ Salada de Repolho	Arroz/Feijão/ Torta Madalena de Frango	Arroz/Feijão/ Carne Refogada/ Salada de Pepino	Arroz/Feijão/ Carne Moída Refogada/ Salada de Chuchu	Macarrão ao Molho de Almondegas/ Salada de Repolho
CALORIAS (kcal)	621	685	789	775	629
CARBOIDRATO (g)	84	105	133	105	87
PROTEÍNA (g)	33	38	36	39	30
LÍPIDIOS (g)	18	13	15	23	19
VITAMINA A (Ug)	176	95	95	165	175
VITAMINA C (Mg)	21	19	30	136	27
FERRO (Mg)	5	5	6	6	5
MAGNÉSIO (Mg)	131	137	218	162	103
ZINCO (Mg)	4	6	4	6	4
CÁLCIO (Mg)	323	328	330	369	319
FIBRAS (g)	11	9	15	12	8

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar
e Nutrição Escolar

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: CI CEIEF (Acima de 1 ano)
Mês: Setembro 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	24/09	25/09	26/09	27/09	28/09
DESJEJUM	Leite Branco e Biscoito Maria	Leite com Achatolado e Pão com Margarina	Flocos de Milho com Leite	Leite Batido com Banana e Pão com Requeijão	Leite com Achatolado e Biscoito Doce
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa Refogada/ Salada de Acelga	Arroz/Feijão/ Carne Refogada com Batata	Arroz/Feijão/ Nuggets Assado/ Salada de Alfaca	Arroz/Feijão/ Carne Moída Refogada/ Salada de Chuchu	Arroz/Feijão/ Carne Refogada/ Salada de Escarola
LANCHE	Maçã	Gelatina	Banana	Pera	Festa de Aniversário
JANTAR	Arroz/Feijão/ Carne Moída Refogada com Milho e Cenoura	Arroz/Feijão/ Frango Refogado/ Salada de Beterraba Cozida	Macarrão ao Molho de Carne/ Salada de Repolho	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa Assada/ Salada de Pepino	Sanduíche Natural (Pão com frango desfiado, requeijão, alface e cenoura) e Bolo
CALORIAS (kcal)	573	770	685	749	837
CARBOIDRATO (g)	76	98	99	116	126
PROTEÍNA (g)	33	38	31	37	38
LÍPIDIOS (g)	16	25	20	17	20
VITAMINA A (Ug)	96	245	95	96	175
VITAMINA C (Mg)	23	22	34	23	12
FERRO (Mg)	4	6	4	5	5
MAGNÉSIO (Mg)	124	144	118	155	126
ZINCO (Mg)	5	5	4	6	5
CÁLCIO (Mg)	314	327	345	330	387
FIBRAS (g)	10	9	8	11	7

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

Cinória Aparecida da Silva
Nutricionista