



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: SETEMBRO 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 06/09/2021	TERÇA 07/09/2021	QUARTA 08/09/2021	QUINTA 09/09/2021	SEXTA 10/09/2021
LANCHE Manhã: 08:00			Leite Maçã	Leite Mamão	Leite Banana


ALMOÇO Manhã: 10:00	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	Arroz	Arroz	Arroz Integral
			Feijão	Feijão	Feijão
			Ovos Primavera (Cebola, Tomate, Abobrinha, Brócolis e Cheiro Verde)	Filé de Sobrecoxa Refogado	Carne Bovina em Flocos Refogada
				Salada de Alface	Salada de Escarola

LANCHE Tarde: 13:00			Leite Abacaxi	Leite Melancia	Leite Mamão
------------------------	--	--	------------------	-------------------	----------------

JANTAR Tarde: 15:00			Arroz	Arroz	Arroz
			Feijão	Feijão	Feijão
			Filé de Sobrecoxa Refogado	Carne Bovina em Cubos Refogada	Filé de Sobrecoxa Refogado
			Salada de Beterraba	Vagem Refogada	Mandioquinha Cozida

Energia (kcal)			770	661	753
CHO (g)			124	87	111
PTN (g)			34	31	31
LPD (g)			17	21	21
Vit. A (mcg)			4079	323	360
Vit. C (mg)			129	76	54
Ca (mg)			303	302	304
Fe (mg)			9	7	8

Composição nutricional (Média semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 25 a 35% do VET
728	107	32	19
	58%	17%	25%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
1587	86	303	8


Cinzia Cristiano da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar 0332 - 34300

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Até 3 anos deve ser oferecido a fórmula infantil e a partir de 3 anos o composto lácteo.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: SETEMBRO 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 13/09/2021	TERÇA 14/09/2021	QUARTA 15/09/2021	QUINTA 16/09/2021	SEXTA 17/09/2021
LANCHE Manhã: 08:00	Leite Maçã	Leite Pera		Leite Mamão	Leite Banana


ALMOÇO Manhã: 10:00	Macarrão	Arroz Feijão	FERIADO	Arroz Feijão	Arroz Integral Feijão
	Carne Bovina Moída Refogada com Tomate	Filé de Sobrecoxa Refogado		Peito de Frango Refogado	Carne Bovina em Flocos Refogada com Mandioca
	Salada de Repolho	Salada de Acelga		Salada de Pepino	Salada de Couve

LANCHE Tarde: 13:00	Leite Abacaxi	Leite Melão		Leite Melancia	Leite Mamão
------------------------	------------------	----------------	--	-------------------	----------------

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz Feijão	Arroz Feijão		Arroz Feijão	Arroz Feijão
	Filé de Sobrecoxa Refogado	Carne Bovina em Cubos Refogada		Carne Bovina em Cubos Refogada	Ovo Cozido
	Vagem Refogada	Espinafre Refogado		Brócolis Refogado	Salada de Tomate

Energia (kcal)	630	674		647	748
CHO (g)	86	92		87	111
PTN (g)	28	31		32	31
LPD (g)	20	21		19	21
Vit. A (mcg)	267	294		493	300
Vit. C (mg)	59	39		80	44
Ca (mg)	283	306		311	303
Fe (mg)	6	7		7	8

Composição nutricional (Média semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 25 a 35% do VET
675	94	31	20
	57%	18%	25%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
338	55	300	7


Cinzia Aparecida da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar 011-34240

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Até 3 anos deve ser oferecido a fórmula infantil e a partir de 3 anos o composto lácteo.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO:

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 20/09/2021	TERÇA 21/09/2021	QUARTA 22/09/2021	QUINTA 23/09/2021	SEXTA 24/09/2021
LANCHE Manhã: 08:00	Leite Maçã	Leite Pera	Leite Banana	Leite Mamão	Leite Banana


ALMOÇO Manhã: 10:00	Macarrão	Arroz Integral	Arroz	Arroz	Arroz
		Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Carne Bovina em Cubos Refogada com Tomate	Peito de Frango Refogado	Fígado Bovino Acebolado	File de Sobrecoxa Refogado	Carne Bovina em Flocos Refogada
	Salada de Acelga	Salada de Beterraba	Salada de Escarola	Salada de Alface	Salada de Pepino

LANCHE Tarde: 13:00	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
	Abacaxi	Melão	Maçã	Melancia	Mamão

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	File de Sobrecoxa Refogado	Carne Bovina em Cubos Refogada	Peito de Frango Refogado	Carne Bovina em Cubos Refogada	Ovo Cozido
	Espinafre Refogado	Mandiocinha Cozida	Abóbora Refogada	Salada de Beterraba	Couve Refogada

Energia (kcal)	650	672	726	660	737
CHO (g)	87	95	112	88	109
PTN (g)	28	32	32	30	31
LPD (g)	21	18	17	21	21
Vit. A (mcg)	316	352	3542	482	437
Vit. C (mg)	58	42	41	78	53
Ca (mg)	285	291	293	300	334
Fe (mg)	6	7	9	7	8

Composição nutricional (Média semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 25 a 35% do VET
689	98 57%	30 17%	19 26%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
1026	55	301	18


Cristina Aparecida de Souza
Nutricionista de CI - Zona Rural e Urbana
Divisão de Alimentação Escolar - 2021/09/2021

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Até 3 anos deve ser oferecido a fórmula infantil e a partir de 3 anos o composto lácteo.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: SETEMBRO/OUTUBRO 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	27/09/2021	28/09/2021	29/09/2021	30/09/2021	01/10/2021
LANCHE Manhã: 08:00	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
	Maçã	Pera	Banana	Mamão	Banana

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Macarrão	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão		Feijão	Feijão	Feijão
	Carne Bovina Moída Refogada	Filé de Sobrecoxa Refogado com Tomate	Fígado Bovino Acebolado	Peito de Frango Refogado	Carne Bovina em Cubos Refogada com Mandioca
	Salada de Beterraba	Salada de Repolho	Salada de Escarola	Salada de Alface	Salada de Tomate

LANCHE Tarde: 13:00	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
	Abacaxi	Melão	Pera	Melancia	Mamão

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Filé de Sobrecoxa Refogado	Carne Bovina em Cubos Refogada	Peito de Frango Refogado	Carne Bovina em Flocos Refogada	Ovo Cozido
	Mandioca Cozida	Abóbora Refogada	Salada de Tomate	Vagem Refogada	Salada de Acelga

Energia (kcal)	696	644	727	643	745
CHO (g)	101	86	114	87	111
PTN (g)	31	28	33	32	31
LPD (g)	19	21	17	18	21
Vit. A (mcg)	254	369	3983	373	411
Vit. C (mg)	54	47	44	77	44
Ca (mg)	295	278	292	306	304
Fe (mg)	7	96	152	7	8

Composição nutricional (Média semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 25 a 35% do VET
691	100	31	19
	58%	17%	25%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
1077	53	295	8


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRN-34240

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Até 3 anos deve ser oferecido a fórmula infantil e a partir de 3 anos o composto lácteo.