



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: EMES/EJA - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 14 ANOS - PERÍODO NOTURNO

MÊS E ANO: ABRIL 2022

REFEIÇÃO/HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
JANTAR Noite: 18:00 - 20:00	Arroz	Arroz	Macarrão ao Sugo	Pão com Sobrecoxa ao Molho de Tomate	Arroz Integral
	Feijão	Feijão			
	Iscas de Tilápia	Peito de Frango	Carne Bovina Moida	Suco de Uva	Bife Bovino
	Empanada Assada	Refogado	Refogada		
	Salada de Abobrinha e Brócolis	Salada de Chuchu	Salada de Alface	Salada de Repolho	Marrão
			Banana		
	04/04/2022	05/04/2022	06/04/2022	07/04/2022	08/04/2022

Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
439	54	17	13
353	47	25	7
449	73	25	8
543	80	24	13
465	65	26	12

Composição Nutricional (Média Semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
471	55 a 65% do VET	10 a 15% do VET	15 a 35% do VET
	68	24	10
	59%	21%	20%

Cinta Christine da Silva
Nutrionista da Divisão de Alimentação e Nutrição Escolar
CRM - 34140

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 de Maio de 2020.

Telefone: 3404-1846

educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br



PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: EMES/EJA - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 14 ANOS - PERÍODO NOTURNO

MÊS E ANO: ABRIL 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
JANTAR Noite: 18:00 - 20:00	Arroz	Arroz	Macarrão ao Sugo	Buraco Quente (Pão com Carne Bovina Moída ao Molho de Tomate)	FERIADO
	Feijão	Feijão	File de Sobrecoxa Refogada	Suco de Uva	
	Peito de Frango Refogado	Carne em Flocos Refogada	Salada de Escarola		
	Salada de Beterraba	Salada de Cenoura	Banana		
	11/04/2022	12/04/2022	13/04/2022	14/04/2022	15/04/2022

Energia (kcal)	371	492	473	521
CHO (g)	51	73	74	80
PTN (g)	25	25	22	28
LPD (g)	7	11	12	9

Composição Nutricional (Média Semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
491	55 a 65% do VET	10 a 15% do VET	15 a 35% do VET
	75	26	10
	61%	21%	18%

CINTIA CRISTINA DA SILVA
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar - CN - 34140

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020.

Telefone: 3404-1846

educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: EMES/EJA - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 14 ANOS - PERÍODO NOTURNO

MÊS E ANO: ABRIL 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
JANTAR Nota: 18:00 - 20:00	18/04/2022	19/04/2022	20/04/2022	21/04/2022	22/04/2022
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Carne Bovina em Cubos Refogada	Peito de Frango Refogado	Figado Bovino Acebolado	Figado Bovino Acebolado	Figado Bovino Acebolado
	Salada de Chuchu	Salada de Beterraba	Salada de Alfaca	Salada de Alfaca	Salada de Alfaca
	Magã	Banana			
PONTO FACULTATIVO					

Energia (kcal)	393	473	513		
CHO (g)	47	78	84		
PTN (g)	24	26	27		
LPD (g)	11	7	9		

Composição Nutricional (Média Semanal)				
Energia (kcal)	55 a 65% do VET	CHO (g)	15% do VET	10 a 15 a 35% do VET
495	78	27	9	16%
	63%	21%		

[Handwritten Signature]
 Nutricionista da Divisão de Alimentação
 e Nutrição Escolar (RM - 34740)

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020.



PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: EMES/EJA - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 14 ANOS - PERÍODO NOTURNO

MÊS E ANO: ABRIL 2022

REFEIÇÃO/HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
JANTAR Noite: 18:00 - 20:00	Arroz	Macarrão ao Sugo	Arroz	Arroz	Pão com Carne Bovina em Flocos e Vinagrete (Tomate, Cebola e Pimentão)
	Feijão	Macarrão de Aceituna	Feijão	Peito de Frango Refogado	Suco de Uva
	Cacarina (Carne Bovina em Cubos com Batata e Cenoura)	File de Sobrecoxa Refogada	Salada de Aceituna	Moqueca de Peixe (Mandioca, Tomate, Pimentão e Cheiro Verde)	Salada de Pepino
		Maçã	Salada de Escarola	Banana	
	25/04/2022	26/04/2022	27/04/2022	28/04/2022	29/04/2022

Energia (kcal)	439	457	559	384	541
CHO (g)	59	69	104	53	77
PTN (g)	26	21	25	25	27
LPD (g)	10	12	6	7	12

Composição Nutricional (Média Semanal)				
Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
476	72	25	10	18%
55 a 65% do VET	15% do VET	10 a	15 a 35% do VET	
61%	21%	18%		

[Handwritten signature and stamp]

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020.