



DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
Rua João Kuhl Filho, s/nº, Vila São João.

Telefone: 3404-1846

E-mail: educacao.nutricionista@educ.limeira.sp.gov.br

Cardápio: EMEI/EMEIF

Mês: Março

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	02/03	03/03	04/03	05/03	06/03
DESJEJUM	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Salgado	Composto Lácteo Bauñilha e Pão com Geléia	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Rosca Chocolate	Composto Lácteo Chocolate e Pão com Requeijão	Composto Lácteo Morango e Biscoito Leite
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Ovos Primavera (Ovos, Abobrinha, Tomate, Cebola, Brócolis, Salsa e Molho de Tomate)/ Suco de Uva	Arroz/Feijão/ Carne Bovina em Flocos Refogada/ Salada de Chuchu	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa Assada/ /Salada de Alface/ Banana	Macarrão a Bolonhesa (Carne Bovina Moída)/ Salada de Repolho/ Maçã	Arroz/Feijão/ Nuggets de Merluza Assado/ Salada de Escarola
CALORIAS (kcal)	596	690	678	589	613
CARBOIDRATO (G)	71	92	86	81	78
PROTEÍNA (G)	19	26	23	26	18
LIPÍDIOS (G)	13	10	14	18	12
VITAMINA A (Ug)	117	79	80	79	78
VITAMINA C (Mg)	22	9	17	21	9
FERRO (Mg)	5	6	5	5	4
MAGNÉSIO (Mg)	83	77	97	31	65
ZINCO (Mg)	3	5	3	5	2
CÁLCIO (Mg)	177	148	147	138	143
FIBRAS (G)	7	6	7	4	5

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: Março

ALMOÇO	SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
	09/03	10/03	10/03	11/03	11/03	12/03	12/03	12/03	13/03	
	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Maisena	Composto Lácteo Chocolate e Pão com Geléia	Composto Lácteo Morango e Biscoito Rosca Coco	Composto Lácteo Macarrão ao Sugo/ Carne de Frango Cozida Refogada/ Salada de Escarola/ Maçã	Composto Lácteo Chocolate e Pão com Margarina	Composto Lácteo Chocolate e Pão com Margarina	Composto Lácteo Baurilha e Biscoito Salgado Integral	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Maisena	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Maisena	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Maisena
	Arroz/Feijão/ Peito de Frango Refogado/ Salada de Cenoura	Arroz Integral/ Feijão/Carne Bovina em Cubos Refogada com Mandioca/ Suco de Uva	Arroz Integral/ Feijão/Carne Bovina em Cubos Refogada com Mandioca/ Suco de Uva	Macarrão ao Sugo/ Carne de Frango Cozida Refogada/ Salada de Escarola/ Maçã	Arroz/Feijão/ Carne Bovina Moída Refogada/ Salada de Acelga	Arroz/Feijão/ Carne Bovina Moída Refogada/ Salada de Acelga	Arroz/Feijão/ Peixe com Batata, Tomate e Cebola/ Mamão	Arroz/Feijão/ Peito de Frango Refogado/ Salada de Cenoura	Arroz/Feijão/ Peito de Frango Refogado/ Salada de Cenoura	Arroz/Feijão/ Peito de Frango Refogado/ Salada de Cenoura
CALORIAS (kcal)	586	611	447	795	795	610	610	586	611	447
CARBOIDRATO (g)	69	101	69	81	81	79	79	69	101	69
PROTEÍNA (g)	24	26	21	27	27	23	23	24	26	21
LIPÍDIOS (g)	10	11	10	10	10	10	10	10	11	10
VITAMINA A (Ug)	79	79	78	79	79	78	78	79	79	78
VITAMINA C (Mg)	9	11	12	13	13	78	78	9	11	12
FERRO (Mg)	4	6	3	6	6	5	5	4	6	3
MAGNÉSIO (Mg)	83	112	18	80	80	96	96	83	112	18
ZINCO (Mg)	3	5	1	6	6	2	2	3	5	1
CÁLCIO (Mg)	141	150	126	159	159	154	154	141	150	126
FIBRAS (g)	6	7	4	6	6	7	7	6	7	4

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: Março

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJEJUM	23/03 Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Leite	24/03 Composto Lácteo Bauinilha e Pão com Margarina	25/03 Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Rosca Chocolate	26/03 Composto Lácteo Morango e Pão com Geléia	27/03 Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Rosca Coco
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Carne Bovina Moída Refogada/ Salada de Chuchu	Arroz/Feijão/ Peito de Frango Refogado/ Salada de Beterraba	Macarrão Integral ao Sugo/Carne Bovina em Flocos Refogada/ Salada de Pepino/ Maçã	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa Refogada/ Salada de Alface/ Mamão	Cachorro-Quente com Vinagrete/ Suco de Uva
CALORIAS (kcal)	589	789	446	732	556
CARBOIDRATO (G)	68	82	66	101	91
PROTEÍNA (G)	24	27	19	25	13
LÍPIDIOS (G)	11	25	12	12	15
VITAMINA A (Ug)	79	79	79	80	78
VITAMINA C (Mg)	11	7	10	73	11
FERRO (Mg)	5	5	4	6	4
MAGNÉSIO (Mg)	75	88	20	90	25
ZINCO (Mg)	5	4	3	4	3
CÁLCIO (Mg)	135	152	104	177	133
FIBRAS (G)	5	7	3	7	3

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


 Nutricionista
 Divisão de Alimentação
 Educação Infantil
 3404-1846




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/EMEIEF

Mês: Março/Abril

DESJEJUM	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	30/03	31/03	01/04	02/04	03/04
	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Maisena	Composto Lácteo Morango e Pão com Geléia	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Salgado Integral	Composto Lácteo Chocolate e Pão com Requeijão	Composto Lácteo Baunilha e Biscoito Rosca Chocolate
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Peito de Frango Acebollado/ Salada de Chuchu	Arroz/Feijão/ Carne Bovina Moída Refogada/ Salada de Repolho/ Suco de Uva	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa Refogada/ Salada de Cenoura/ Banana	Arroz/Feijão/ Carne Bovina em Cubos com Mandioca/ Maçã	Macarrão ao Sugo/ Quibe Assado/ Salada de Beterraba
CALORIAS (kcal)	581	799	682	815	424
CARBOIDRATO (G)	68	118	87	103	66
PROTEÍNA (G)	24	26	23	29	17
LIPÍDIOS (G)	10	10	14	18	10
VITAMINA A (Ug)	79	79	80	79	78
VITAMINA C (Mg)	11	19	12	13	9
FERRO (Mg)	4	6	5	6	4
MAGNÉSIO (Mg)	82	78	98	90	41
ZINCO (Mg)	3	5	3	5	4
CÁLCIO (Mg)	137	154	134	150	126
FIBRAS (G)	5	6	7	7	4

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


 Nutricionista
 Divisão de Alimentação Escolar
 Rua João Kuhl Filho, s/nº, Vila São João
 Fone: 3404-1846