



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: EMEI - EMEIEF - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 3 ANOS - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: FEVEREIRO 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	07/02/2022	08/02/2022	09/02/2022	10/02/2022	11/02/2022
LANCHE 1 06:50 - 08:00	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
	Biscoito	Maçã	Banana	Pão com Ovo Mexido	Banana

LANCHE 2 09:30 - 10:00	Maçã	Pera	Maçã	Banana	Mamão
---------------------------	------	------	------	--------	-------

ALMOÇO 11:30 - 13:00	Arroz	Arroz	Macarrão ao Sugo	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão		Feijão	Feijão
	Peito de Frango Refogado ao Molho de Tomate	Carne em Flocos Refogada	Filé de Sobrecoxa Refogada	Carne Bovina em Tiras ao Molho de Tomate	Peito de Frango Acebolado
	Salada de Beterraba	Salada de Cenoura	Salada de Escarola Goiaba	Salada de Acelga	Salada de Pepino

LANCHE 3 14:30 - 16:00	Suco de Uva	Leite	Suco de Uva	Leite	Suco de Uva
	Pão com Carne Bovina Moída Refogada	Biscoito	Pão com Carne Bovina em Flocos Acebolada	Biscoito	Pão com Carne Bovina Moída ao Molho de Tomate

Energia (kcal)	801	647	732	819	830
CHO (g)	128	91	116	114	135
PTN (g)	35	28	28	37	36
LPD (g)	16	20	17	24	16

Composição Nutricional (Média Semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	55 a 65% do VET	10 a 15% do VET	25 a 35% do VET
766	117	33	19
	61%	17%	22%


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRN - 34148

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



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: EMEI - EMEIEF - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 3 ANOS - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: FEVEREIRO 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	14/02/2022	15/02/2022	16/02/2022	17/02/2022	18/02/2022
LANCHE 1 06:50 - 08:00	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
	Biscoito	Maçã	Banana	Pão com Requeijão	Maçã


LANCHE 2 09:30 - 10:00	Maçã	Pera	Maçã	Mamão	Banana
---------------------------	------	------	------	-------	--------

ALMOÇO 11:30 - 13:00	Arroz	Arroz	Arroz	Macarrão ao Sugo	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão		Feijão
	Carne Bovina em Cubos Refogada	Peito de Frango ao Molho de Tomate	Fígado Bovino Acebolado	Filé de Sobrecoxa Refogada	Carne Bovina em Flocos Refogada
	Salada de Chuchu	Salada de Beterraba	Salada de Alface	Salada de Couve	Salada de Repoiho Mamão

LANCHE 3 14:30 - 16:00	Suco de Uva	Leite	Suco de Uva	Leite	Suco de Uva
	Pão com Frango no Molho de Tomate	Biscoito	Pão com Carne Bovina Moída ao Molho de Tomate	Biscoito	Pão com Sobrecoxa Acebolada

Energia (kcal)	812	628	657	738	848
CHO (g)	126	93	99	93	133
PTN (g)	35	28	33	32	36
LPD (g)	18	17	15	27	19

Composição Nutricional (Média Semanal)				
Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
	55 a 65% do VET	10 a 15% do VET	25 a 35% do VET	
737	109	33	19	
	59%	18%	23%	


Cintia Patrícia da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRN - 24046

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



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: EMEI - EMEIEF - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 3 ANOS - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: FEVEREIRO 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	21/02/2022	22/02/2022	23/02/2022	24/02/2022	25/02/2022
LANCHE 1 06:50 - 08:00	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
	Biscoito	Maçã	Banana	Maçã	Bolo


LANCHE 2 09:30 - 10:00	Maçã	Pera	Maçã	Mamão	Banana
---------------------------	------	------	------	-------	--------

ALMOÇO 11:30 - 13:00	Arroz	Macarrão ao Sugo	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão		Feijão	Feijão	Feijão
	Caçarola (Carne Bovina em Cubos com Batata, Cenoura e Molho de Tomate)	Filé de Sobrecoxa Refogada	Moqueca de Peixe (Mandioca, Tomate, Pimentão, Cheiro Verde e Molho de Tomate)	Peito de Frango Refogado	Filé de Sobrecoxa Refogada
	Salada de Acelga	Salada de Escarola	Salada de Pepino	Salada de Tomate	

LANCHE 3 14:30 - 16:00	Suco de Uva	Leite	Suco de Uva	Leite	Suco de Uva
	Pão com Frango no Molho de Tomate	Biscoito	Pão com Carne Bovina Moída ao Molho de Tomate	Biscoito	Buraco Quente (Pão com Carne Bovina Moída ao Molho de Tomate)

Energia (kcal)	822	597	763	602	981
CHO (g)	128	82	132	85	165
PTN (g)	35	25	32	29	36
LPD (g)	18	20	12	17	20

Composição Nutricional (Média Semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) a 35% do VET
753	118	31	17
	63%	16%	21%


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRN - 34140

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



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: EMEI - EMEIEF - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 3 ANOS - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: FEVEREIRO/ MARÇO 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	28/02/2022	01/03/2022 CARNAVAL	02/03/2022	03/03/2022	04/03/2022
LANCHE 1 06:50 - 08:00	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
	Maçã	Biscoito	Goiaba	Pão com Margarina	Banana


LANCHE 2 09:30 - 10:00	Pera	Maçã	Banana	Mamão	Maçã
---------------------------	------	------	--------	-------	------

ALMOÇO 11:30 - 13:00	Arroz	Arroz	Arroz	Macarrão ao Sugo	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão		Feijão
	Peito de Frango Refogado	Carne Bovina em Flocos Refogada	Filé de Sobrecoxa ao Molho de Tomate com Batata	Carne Bovina em Cubos Refogada	Peito de Frango Acebolado
	Salada de Aceiga	Salada de Repolho		Salada de Cenoura	Salada de Tomate Mamão

LANCHE 3 14:30 - 16:00	Suco de Uva	Leite	Suco de Uva	Leite	Suco de Uva
	Pão com Ovo Mexido	Biscoito	Pão com Carne Bovina em Flocos Acebolada	Biscoito	Pão com Carne Bovina Moida ao Molho de Tomate

Energia (kcal)	776	933	840	730	835
CHO (g)	124	121	137	94	133
PTN (g)	31	32	33	34	36
LPD (g)	16	36	18	24	18

Composição Nutricional (Média Semanal)				
Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
	55 a 65% do VET	10 a 15% do VET	25 a 35% do VET	
766	117	33	19	
	61%	17%	22%	


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Alimentação Escolar CRN - 34140

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