



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 PARCIAL
MÊS E ANO: MARÇO 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	07/03/2022	08/03/2022	09/03/2022	10/03/2022	11/03/2022
LANCHE Manhã: 07h Tarde: 15h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
	Biscoito	Maçã	Goiaba	Pão com Ovo Mexido	Biscoito

ALMOÇO Manhã: 10h Tarde: 12h	Arroz	Arroz	Macarrão ao Sugo	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão		Feijão	Feijão
	Omelete de Forno	Peito de Frango Refogado	Carne Bovina em Moída Refogada	Sobrecoxa Refogada	Bife Bovino Acebolado
	Salada de Cenoura e Abobrinha	Salada de Chuchu	Salada de Alface	Salada de Couve	Salada de Repolho Mamão

Energia (kcal)	454	376	368	544	500
CHO (g)	62	54	52	69	68
PTN (g)	19	21	20	28	24
LPD (g)	14	9	9	17	15

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
449	61	22	13
	54%	20%	26%


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

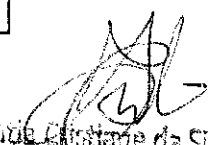
CARDÁPIO: EMEI - EMEIEF - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 3 ANOS - PERÍODO PARCIAL
MÊS E ANO: MARÇO 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	14/03/2022	15/03/2022	16/03/2022	17/03/2022	18/03/2022
LANCHE Manhã: 07h Tarde: 15h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
	Biscoito	Maçã	Banana	Bisnaguinha com Margarina	Biscoito

ALMOÇO Manhã: 10h Tarde: 12h	Arroz	Arroz	Macarrão ao Sugo	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão		Feijão	Feijão
	Peito de Frango Refogado	Carne em Flocos Refogada	Filé de Sobrecoxa Refogada	Carne Bovina em Cubos Refogada	Peito de Frango Acebolado
	Salada de Beterraba	Salada de Cenoura	Salada de Escarola	Salada de Acelga	Salada de Pepino

Energia (kcal)	451	406	383	625	439
CHO (g)	62	56	53	69	60
PTN (g)	23	21	18	26	23
LPD (g)	12	11	12	27	12

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
461	60	22	15
	52%	19%	29%


Carole 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 PARCIAL
MÊS E ANO: MARÇO 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	21/03/2022	22/03/2022	23/03/2022	24/03/2022	25/03/2022
LANCHE Manhã: 07h Tarde: 15h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
	Biscoito	Maçã	Banana	Pão de Forma com Requeijão	Biscoito

ALMOÇO Manhã: 10h Tarde: 12h	Arroz	Arroz	Arroz	Macarrão ao Sugo	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão		Feijão
	Carne Bovina em Cubos Refogada	Peito de Frango Refogado	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 Repolho Mamão

Energia (kcal)	457	385	413	505	500
CHO (g)	59	56	61	59	68
PTN (g)	22	21	22	24	24
LPD (g)	14	9	10	19	15

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
452	60	23	13
	54%	20%	26%


Cristina Aparecida do Carmo
Nutricionista do Núcleo de Alimentação
e Nutrição Escolar - CPN-34100

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 PARCIAL
MÊS E ANO: MARÇO/ABRIL 2022

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	28/03/2022	29/03/2022	30/03/2022	31/03/2022	01/04/2022
LANCHE Manhã: 07h Tarde: 15h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
	Biscoito	Maçã	Banana	Mamão	Biscoito

ALMOÇO Manhã: 10h Tarde: 12h	Macarrão ao Sugo	Arroz	Arroz	Arroz	Pão com Patê de Frango e Requeijão
		Feijão	Feijão	Feijão	
	Filé de Sobrecoxa Refogada	Caçarola (Carne Bovina com Mandioca e Cenoura)	Peito de Frango Refogado	Peixe Refogado com Batata, Tomate e Cheiro Verde	
Salada de Acelga	Salada de Pepino		Salada de Escarola	Suco de Uva	

Energia (kcal)	448	434	430	405	480
CHO (g)	58	61	66	62	76
PTN (g)	20	22	23	21	17
LPD (g)	15	11	9	8	11

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
439	65	20	11
	59%	19%	22%


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar - CRM - 34438

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