

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Rua João Kuhl Filho, s/n, Vila São João.

Telefones: 3404-1846

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

Cardápio: 4 a 5 meses

Mês: Outubro 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	01/10	02/10	03/10	04/10	05/10
DESJESTUM	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Suco de Abacaxi	Suco de Maracujá	Suco de Limão com Couve	Suco de Abacaxi	Suco de Melancia
ALMOÇO	Papa de Arroz/Feijão/ Sobrecoxa/ Abóbora/Espinafre	Papa de Macarrão/ Feijão/Frango/ Batata/Chuchu	Papa de Feijão/ Arroz/Carne Bovina/ Mandioquinha/Vagem	Papa de Feijão/Arroz/Carne Bovina/ Cenoura/Abobrinha	Papa de Feijão/ Arroz/Sobrecoxa/ Abóbora/Batata
LANCHE	Suco de Laranja	Suco de Melancia	Suco de Laranja	Suco de Maracujá	Suco de Limão
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
JANTAR	Papa de Pera	Papa de Maiseira	Papa de Banana	Papa de Maça	Papa de Mamão
CALORIAS (kcal)	387	515	424	403	378
CARBOIDRATO (g)	47	61	56	50	45
PROTEÍNA (g)	11	15	13	12	11
LÍPIDIOS (g)	18	23	17	18	18
VITAMINA A (Ug)	273	409	273	273	273
VITAMINA C (Mg)	73	81	83	63	75
FERRO (Mg)	3	5	4	4	3
MAGNÉSIO (Mg)	54	57	60	49	49
ZINCO (Mg)	3	5	4	4	3
CÁLCIO (Mg)	215	294	222	207	208
FIBRAS (g)	1	1	2	2	1

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


Cíntia Castanho da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Merenda Escolar CRN - 34468

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
Rua João Kuhl Filho, s/n, Vila São João.
Telefones: 3404-1846
E-mail: educacao.nutricionista@edu.limpoia.sp.gov.br

Cardápio: 4 a 5 meses
Mês: Outubro 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	08/10	09/10	10/10	11/10	12/10
DESJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	FÉRIADO
LANCHE	Suco de Limão	Suco de Abacaxi	Suco de Laranja	Suco de Maracujá	
ALMOÇO	Papa de Arroz/ Feijão/Frango/ Mandioca/Vagem	Papa de Macarrão/ Feijão/Figado/ Mandiocinha/ Escarola	Papa de Arroz/ Feijão/Carne Bovina / Abóbora/Chuchu	Papa de Arroz/Feijão/Carne Bovina/ Abobrinha/Cenoura	
LANCHE	Suco de Melancia	Suco de Maracujá	Suco de Melancia	Suco de Limão	
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	
JANTAR	Papa de Pera	Papa de Aveia	Papa de Banana	Papa de Maça	
CALORIAS (kcal)	391	538	442	397	
CARBOIDRATO (g)	50	65	65	49	
PROTEÍNA (g)	12	16	13	12	
LÍPIDIOS (g)	16	24	16	18	
VITAMINA A (Ug)	273	1996	273	273	
VITAMINA C (Mg)	60	88	83	60	
FERRO (Mg)	3	6	4	4	
MAGNÉSIO (Mg)	52	61	63	46	
ZINCO (Mg)	3	5	4	4	
CÁLCIO (Mg)	210	300	217	207	
FIBRAS (g)	1	1	2	2	

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRN - 30440

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
Rua João Kuhl Filho, s/n, Vila São João.
Telefones: 3404-1846
E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: 4 a 5 meses
Mês: Outubro 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	15/10	16/10	17/10	18/10	19/10
DESJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Suco de Maracujá	Suco de Limão com Couve	Suco de Melancia	Suco de Laranja	Suco de Abacaxi
ALMOÇO	Papa de Feijão/Arroz/ Carne Bovina/ Abóbora/Mandioca	Papa de Feijão/ Arroz/Carne Bovina/ Vagem/Batata	Papa de Arroz/ Feijão/Sobrecoca/ Espinafre/ Mandiocquinha	Papa de Macarrão/ Feijão/Frango/ Escarola/Abóbora	Papa de Fubá/Carne Bovina/ Espinafre/Tomate
LANCHE	Suco de Laranja	Suco de Abacaxi	Suco de Maracujá	Suco de Limão	Suco de Laranja
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
JANTAR	Papa de Pera	Papa de Maiseira	Papa de Banana	Papa de Maça	Papa de Mamão
CALORIAS (kcal)	405	508	423	411	388
CARBOIDRATO (g)	51	58	56	54	46
PROTEÍNA (g)	12	15	12	13	12
LÍPIDIOS (g)	18	24	18	16	17
VITAMINA A (Ug)	273	409	273	273	273
VITAMINA C (Mg)	68	96	67	69	86
FERRO (Mg)	4	5	4	3	4
MAGNÉSIO (Mg)	51	61	64	47	55
ZINCO (Mg)	4	5	3	3	4
CÁLCIO (Mg)	209	311	208	210	218
FIBRAS (g)	1	1	2	2	1

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRM - 34420

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
Rua João Kuhl Filho, s/n, Vila São João.
Telefones: 3404-1846
E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: 4 a 5 meses
Mês: Outubro 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	22/10	23/10	24/10	25/10	26/10
DESJETO	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	Suco de Maracujá	Suco de Abacaxi	Suco de Laranja	Suco de Limão	Suco de Melancia
ALMOÇO	Papa de Arroz/Feijão/Frango/Abobrinha/Cenoura	Papa de Macarrão/Feijão/Sobrecoca/Mandioca/Espinfre	Papa de Arroz/Feijão/Carne Bovina/Vagem/Mandiquinha	Papa de Fubá/Figado/Escarola/Tomate	Papa Creme de Batata/Carne Bovina/Abobrinha/Cenoura
LANCHE	Suco de Laranja	Suco de Maracujá	Suco de Melancia	Suco de Maracujá	Suco de Abacaxi
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
JANTAR	Papa de Pera	Papa de Aveia	Papa de Banana	Papa de Maça	Papa de Mamão
CALORIAS (kcal)	389	536	408	394	367
CARBOIDRATO (g)	49	65	56	50	41
PROTEÍNA (g)	12	16	13	12	12
LÍPIDIOS (g)	17	24	15	17	17
VITAMINA A (Ug)	273	409	273	1860	273
VITAMINA C (Mg)	67	88	76	60	78
FERRO (Mg)	3	5	4	4	4
MAGNÉSIO (Mg)	51	70	59	46	51
ZINCO (Mg)	3	5	4	4	4
CÁLCIO (Mg)	207	303	212	204	212
FIBRAS (g)	1	1	2	1	1

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
Secretaria de Saúde - RUA - 3404

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
Rua João Kuhl Filho, s/n, Vila São João.
Telefones: 3404-1846
E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: 4 a 5 meses
Mês: Outubro 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	29/10	30/10	31/10	01/11	02/11
DESJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	
LANCHE	Suco de Laranja	Suco de Maracujá	Suco de Limão com Couve	Suco de Abacaxi	
ALMOÇO	Papa de Arroz/Feijão/ Sobrecoca/ Abóbora/Espinafre	Papa de Macarrão/ Feijão/Frango/ Batata/Chuchu	Papa de Feijão/ Arroz/Carne Bovina/ Mandioquinha/Vagem	Papa de Feijão/Arroz/Carne Bovina/ Cenoura/Abobrinha	
LANCHE	Suco de Limão	Suco de Melancia	Suco de Laranja	Suco de Melancia	FERIADO
LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	
JANTAR	Papa de Pera	Papa de Maiseana	Papa de Banana	Papa de Maça	
CALORIAS (kcal)	400	529	422	403	
CARBOIDRATO (g)	50	64	56	51	
PROTEÍNA (g)	11	16	12	12	
LÍPIDIOS (g)	18	24	17	17	
VITAMINA A (Ug)	273	409	273	273	
VITAMINA C (Mg)	70	84	78	62	
FERRO (Mg)	3	5	4	4	
MAGNÉSIO (Mg)	54	63	58	48	
ZINCO (Mg)	3	5	4	4	
CÁLCIO (Mg)	215	295	216	208	
FIBRAS (g)	1	1	2	2	

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


Cintia Christiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CN - 34140