

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Rua Manoel Monteiro de Moraes, 939 - Jd. Olga Veroni
Telefones: 3443-4724/ 3451-7778/ 3451-6976
E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: CI CEIEF - Mês: Novembro 2017

	SEGUNDA-FEIRA 06/11	TERÇA-FEIRA 07/11	QUARTA-FEIRA 08/11	QUINTA-FEIRA 09/11	SEXTA-FEIRA 10/11
DESJEJUM	Leite e Biscoito	Leite e Pão com Margarina	Leite e Pão com Geléia	Leite e Pão com Margarina	Leite e Biscoito
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Torta Madalena (Carne Moída) Salada de Pepino	Arroz/Feijão/ Nuggets Assado/ Salada de Beterraba	Arroz/Feijão/ Carne Suína Moída/ Couve Refogada	Arroz/Feijão/ Moqueca de Peixe (Mandioca, Tomate e Cebola)/Salada de Alface	Arroz/Feijão/ Frango ao Molho/Polenta/ Salada de Escarola
LANCHE	Maça	Pudim	Mamão	Banana	Pera
JANTAR	Arroz/Feijão/ Frango com Brócolis	Arroz/Feijão/ Carne/Salada de Couve-flor	Macarrão ao Molho de Frango/ Salada de Brócolis	Arroz/Feijão/ Carne Refogada/ Salada de Almeirão	Pão com Carne Moída ao Molho/ Suco de Laranja
CALORIAS (kcal)	590	741	805	690	497
CARBOIDRATO (g)	73	96	127	94	66
PROTEÍNA (g)	27	33	28	32	29
LÍPIDIOS (g)	15	25	20	21	13
VITAMINA A (Ug)	131	281	132	280	132
VITAMINA C (Mg)	26	21	132	27	30
FERRO (Mg)	6	7	5	7	5
MAGNÉSIO (Mg)	107	126	87	127	87
ZINCO (Mg)	4	5	4	5	5
CÁLCIO (Mg)	222	236	273	241	202

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

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

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Rua Manoel Monteiro de Moraes, 939 - Jd. Olga Veroni

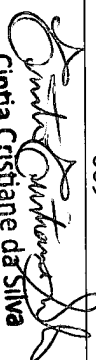
Telefones: 3443-4724 / 3451-7778 / 3451-6976

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

Cardápio: CI CEIEF - Mês: Novembro 2017

	SEGUNDA-FEIRA 13/11	TERÇA-FEIRA 14/11	QUARTA-FEIRA 15/11	QUINTA-FEIRA 16/11	SEXTA-FEIRA 17/11
DESJEJUM	Leite e Biscoito	Leite e Pão com Margarina	FERIADO	Leite e Biscoito	Leite e Pão com Geléia
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Carne Refogada/ Salada de Chuchu	Arroz/Feijão/ Carne Suína com Mandioca		Arroz/Feijão/ Frango Refogado/ Salada de Couve-flor	Arroz/Feijão/ Carne Refogada/ Salada de Escarola
LANCHE	Maça	Gelatina		Banana	Mamão
JANTAR	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa Assada/ Salada de Repolho	Arroz/Feijão/ Frango/Salada de Beterraba		Macarrão a Bolonesa/ Salada de Alface	Sanduíche Natural (frango desfiado, cenoura ralada e alface)/Suco de Laranja
CALORIAS (kcal)	700	792		560	713
CARBOIDRATO (g)	84	85		77	107
PROTEÍNA (g)	35	44		30	34
LÍPIDIOS (g)	25	30		15	17
VITAMINA A (Ug)	306	165		132	176
VITAMINA C (Mg)	23	3		33	13
FERRO (Mg)	7	5		6	5
MAGNÉSIO (Mg)	133	136		112	113
ZINCO (Mg)	5	5		4	6
CÁLCIO (Mg)	450	321		282	309

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


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

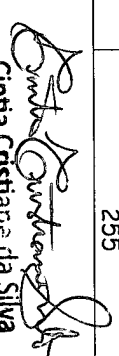
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Rua Manoel Monteiro de Moraes, 939 - Jd. Olga Veroni
Telefones: 3443-4724/ 3451-7778/ 3451-6976
E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: CI CEIEF - Mês: Novembro 2017

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	20/11	21/11	22/11	23/11	24/11
DESJEJUM	FERIADO	Leite e Pão com Geléia	Leite e Biscoito	Leite e Pão com Margarina	Leite e Biscoito
ALMOÇO		Arroz/Feijão/ Carne com Berinjela/ Salada de Beterraba	Arroz/Feijão Fígado Acebolado/ Salada de Alface	Arroz/Feijão Nuggets/ Salada de Escarola	Arroz/Feijão/ Frango com Brócolis
LANCHE		Maça	Banana	Mamão	Festa de Aniversário Cachorro-quente/ Bolo de Aniversário/ Suco de Laranja
JANTAR		Arroz/Feijão/ Frango ao molho/ Polenta/ Salada de Acelga	Arroz/Feijão/ Carne/ Salada de Brócolis	Macarrão ao Molho de Sobrecoxa/ Salada de Almeirão	
		814	573	813	
		115	82	103	
		40	31	29	
		22	14	26	
		305	3306	281	
		26	35	66	
		7	8	6	
		148	119	104	
		6	6	5	4
		474	283	245	255

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


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

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Rua Manoel Monteiro de Moraes, 939 - Jd. Olga Veroni
Telefones: 3443-4724 / 3451-7778 / 3451-6976
E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: CI CEIEF - Mês: Novembro/Dezembro 2017

	SEGUNDA-FEIRA 27/11	TERÇA-FEIRA 28/11	QUARTA-FEIRA 29/11	QUINTA-FEIRA 30/11	SEXTA-FEIRA 01/12
DESJEJUM	Leite e Biscoito	Leite e Pão com Geléia	Leite e Pão com Margarina	Leite e Biscoito	Leite e Pão com Geléia
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Nuggets Assado/ Salada de Brócolis	Arroz/Feijão/ Carne Moída/ Salada de Repolho	Arroz/Feijão/ Carne Suína/ Couve Refogada	Arroz/Feijão/ Sobrecoca Assada/ Salada de Escarola	Arroz/Feijão/ Carne Refogada/ Salada de Alface
LANCHE	Pera	Gelatina	Banana	Mamão	Maça
JANTAR	Arroz/Feijão/ Carne/ Salada de Chuchu	Arroz/Feijão/ Frango/ Salada de Acelga	Macarrão ao Molho de Carne/ Salada de Almeirão	Arroz/Torta Madalena (Carne Moída)/ Salada de Alface	Arroz/Feijão Frango/ Salada de Couve-flor
CALORIAS (kcal)	577	626	690	772	679
CARBOIDRATO (g)	76	95	94	98	101
PROTEÍNA (g)	29	33	30	35	32
LÍPIDIOS (g)	18	13	21	27	17
VITAMINA A (Ug)	212	132	280	165	96
VITAMINA C (Mg)	27	28	27	16	13
FERRO (Mg)	7	7	7	5	4
MAGNÉSIO (Mg)	117	114	127	102	96
ZINCO (Mg)	5	6	5	6	5
CÁLCIO (Mg)	227	232	241	365	359

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


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