



## 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](mailto:educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br)

### Cardápio: INTEGRAL - Mês: Dezembro

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>DEJEJUM</b>	02/12 Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Salgado	03/12 Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Rosca Coco	04/12 Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Leite	05/12 Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Rosca Chocolate	06/12 Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Maisena
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/Feijão/ Carne Bovina em Flocos Refogada com Mandioca	Arroz/Feijão/ Quibe Assado/ /Salada de Acelga	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa ao Molho/ Salada de Alfaca	Macarrão a Bolonhesa (Carne Bovina Moída Assada)/ Salada de Pepino/ Mamão	Arroz/Feijão/ Peito de Frango Refogado com Cenoura
<b>LANCHE</b>	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Maisena	Composto Lácteo Chocolate e Mini bolo	Composto Lácteo Chocolate e Pão com Carne Moída Assada ao Molho	Composto Lácteo Chocolate e Pão com Carne de Frango Refogada com Tomate e Cebola	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Rosca Coco
CALORIAS (kcal)	835	841	832	757	786
CARBOIDRATO (G)	108	112	111	108	101
PROTEÍNA (G)	30	25	31	42	29
LIPÍDIOS (G)	18	19	15	17	16
VITAMINA A (Ug)	157	156	157	158	157
VITAMINA C (Mg)	24	25	23	83	22
FERRO (Mg)	8	8	9	7	7
MAGNÉSIO (Mg)	102	90	92	73	97
ZINCO (Mg)	5	6	7	7	4
CÁLCIO (Mg)	237	248	265	260	250
FIBRAS (G)	7	8	7	5	7

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](mailto:educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br)

### Cardápio: INTEGRAL - Mês: Dezembro

DESJEJUM	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	
	09/12	10/12	11/12	12/12	13/12	
	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Salgado Integral	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Rosca Chocolate	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Maisena	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Rosca Coco	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Leite	
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Peito de Frango Refogado/ Salada de Beterraba	Arroz/Feijão/ Carne Bovina Moída Assada com Chuchu	Macarrão ao Sugo/ Sobrecoxa Assada/ Salada de Escarola/ Mamão	Arroz/Feijão/ Moqueca de Peixe (com Mandioca, Tomate e Cebola)/ Maçã	Arroz/Feijão/ Carne Bovina em Flocos Refogada com Cenoura	
LANCHE	Composto Lácteo Chocolate e Mini bolo	Composto Lácteo Chocolate e Pão com Carne de Frango Refogada com Tomate e Cebola	Composto Lácteo Chocolate e Pão com Carne Moída Assada ao Molho	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Salgado	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Maisena	
	CALORIAS (kcal)	905	784	845	803	
	CARBOIDRATO (G)	105	112	108	120	101
	PROTEÍNA (G)	30	44	40	27	29
	LÍPIDIOS (G)	19	17	21	16	18
	VITAMINA A (Ug)	157	158	159	156	157
	VITAMINA C (Mg)	18	22	83	25	22
	FERRO (Mg)	7	9	8	7	8
	MAGNÉSIO (Mg)	92	109	66	107	91
	ZINCO (Mg)	4	8	8	4	5
	CÁLCIO (Mg)	226	261	270	248	248
	FIBRAS (G)	8	7	5	8	7

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](mailto:educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br)

## Cardápio: INTEGRAL

Mês: Dezembro

	SEGUNDA-FEIRA 16/12	TERÇA-FEIRA 17/12	QUARTA-FEIRA 18/12	QUINTA-FEIRA 19/12	SEXTA-FEIRA 20/12
<b>DESJEJUM</b>	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Salgado	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Leite	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Maisena	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Salgado Integral	
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/Feijão/ Peito de Frango Refogado/ Salada de Chuchu	Arroz/Feijão/ Carne Bovina em Flocos Refogada com Mandioca	Arroz/Feijão/ Fígado Acebolado/ Salada de Acelga/ Banana	Macarrão ao Sugo/ Sobrecoxa Refogada/ Salada de Pepino	CONSELHO DE CICLO
<b>LANCHE</b>	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Rosca Coco	Composto Lácteo Chocolate e Mini bolo	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Rosca Chocolate	Composto Lácteo Chocolate e Biscoito Leite	
CALORIAS (kcal)	778	887	869	617	
CARBOIDRATO (G)	99	114	120	83	
PROTEÍNA (G)	29	29	30	25	
LÍPIDIOS (G)	16	21	17	21	
VITAMINA A (Ug)	157	157	4918	158	
VITAMINA C (Mg)	22	24	32	19	
FERRO (Mg)	7	7	10	6	
MAGNÉSIO (Mg)	96	92	108	38	
ZINCO (Mg)	4	5	6	4	
CÁLCIO (Mg)	238	232	257	208	
FIBRAS (G)	7	7	8		

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

**Cintia Cristina da Silva**  
 Nutricionista da Divisão de Alimentação  
 e Nutrição Escolar CRM - 32149



**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](mailto:educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br)

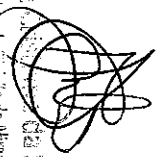
## Cardápio: INTEGRAL

Mês: Dezembro/Janeiro

DESJEJUM ALMOÇO LANCHE	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	23/12	24/12	25/12	26/12	27/12
	RECESSO ESCOLAR				

DESJEJUM ALMOÇO LANCHE	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	30/12	31/12	01/01	02/01	03/01
	RECESSO ESCOLAR				

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

  
Carmen Lucia da Silva  
Nutricionista do Departamento de Alimentação  
e Nutrição (156-7000)