



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: NOVEMBRO 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	01/11/2021	02/11/2021	03/11/2021	04/11/2021	05/11/2021
LANCHE Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:00 - 16:00			Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral
			Biscoito	Pão com Ovo Mexido	Biscoito

ALMOÇO Manhã: 10:00 - 11:30 Tarde: 12:00 - 13:30	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	Arroz	Arroz Integral	Arroz
			Feijão	Feijão	Feijão
			Ovos Primavera (Cebola, Tomate, Abobrinha, Cenoura e Cheiro Verde)	Peito de Frango Refogado com Brócolis e Mandioquinha	Bife Bovino Acebolado
			Salada de Beterraba	Salada de Alface e Tomate	Salada de Escarola
			Maçã Suco de Uva Integral	Banana	Mamão Suco de Uva

Energia (kcal)			643	638	623
CHO (g)			107	94	98
PTN (g)			21	34	27
LPD (g)			15	15	13

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
635	99	27	14
	63%	17%	20%

  
**Cintia Cristiane da Silva**  
Nutricionista da Divisão de Alimentação  
e Nutrição Escolar CRN - 34240

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: NOVEMBRO 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	08/11/2021	09/11/2021	10/11/2021	11/11/2021	12/11/2021
LANCHE	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral
Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:00 - 16:00	Biscoito	Maçã	Banana	Pão com Geléia	Pão com Ovo

ALMOÇO	Macarrão	Arroz	Arroz	Arroz Integral	Arroz
		Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
Manhã: 10:00 - 11:30 Tarde: 12:00 - 13:30	Carne Bovina Moída Refogada com Tomate, Cenoura, Cebola e Cheiro Verde	Filé de Sobrecoxa Refogada com Tomate e Cenoura	Moqueca de Peixe (Mandioca, Tomate, Cenoura, Cebola e Cheiro Verde)	Peito de Frango Refogado com Cenoura e Batata Doce	Carne Bovina em Flocos Acebolada
	Salada de Repolho	Salada de Beterraba	Salada de Alface	Salada de Couve e Tomate	Salada de Escarola
	Pera	Suco de Uva Integral	Maçã	Banana	Mamão
	Suco de Uva Integral				

Energia (kcal)	572	548	501	649	609
CHO (g)	90	85	86	109	79
PTN (g)	24	22	23	31	33
LPD (g)	13	13	8	12	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
587	92	28	12
	62%	19%	19%

  
Cintia Cristina da Silva  
Nutricionista da Divisão de Alimentação  
e Nutrição Escolar - 085 - 34421

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: NOVEMBRO 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	15/11/2021	16/11/2021	17/11/2021	18/11/2021	19/11/2021
LANCHE		Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral
Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:00 - 16:00		Biscoito	Banana	Pão com Ovo Mexido	Biscoito

ALMOÇO Manhã: 10:00 - 11:30 Tarde: 12:00 - 13:30	FERIADO	Macarrão	Arroz	Arroz	Arroz	
				Feijão	Feijão	Feijão
		Peito de Frango Refogado com Tomate, Cenoura, Cebola e Cheiro Verde	Fígado Bovino Acebolado	Filé de Sobrecoxa com Mandioca e Espinafre	Bife Bovino Acebolado	
		Salada de Acelga	Salada de Alface	Salada de Escarola	Salada de Pepino	
		Suco de Uva Integral	Maçã Suco de Uva Integral	Banana	Mamão	

Energia (kcal)		522	616	654	534
CHO (g)		79	107	94	72
PTN (g)		24	25	32	26
LPD (g)		12	11	18	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
576	86	26	14
	60%	18%	22%

  
**Cintia Cristiane da Silva**  
Nutricionista da Divisão de Alimentação  
e Nutrição Escolar - CRM 34170

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

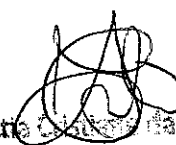
CARDÁPIO: EMEI - EMEIEF - ZONA RURAL E URBANA  
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 3 ANOS - PERÍODO PARCIAL  
MÊS E ANO: NOVEMBRO 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 22/11/2021	TERÇA 23/11/2021	QUARTA 24/11/2021	QUINTA 25/11/2021	SEXTA 26/11/2021
LANCHE	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral
Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:00 - 16:00	Biscoito	Maçã	Banana	Pão com Ovo Mexido	Pão com Geléia

ALMOÇO Manhã: 10:00 - 11:30 Tarde: 12:00 - 13:30	Arroz	Macarrão	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão		Feijão	Feijão	Feijão
	Carne Bovina em Flocos Refogada com Mandioquinha	Filé de Sobrecoxa Refogada com Tomate, Cenoura, Cebola e Cheiro Verde	Nuggets de Merluza Assado	Peito de Frango Refogado com Tomate e Couve Flor	Carne Bovina em Cubos Refogada com Mandioca e Tomate
	Salada de Beterraba	Salada de Repolho	Salada de Alface	Salada de Escarola	Salada de Acelga
	Maçã	Suco de Uva Integral	Maçã Suco de Uva Integral	Banana	Mamão

Energia (kcal)	554	480	630	623	622
CHO (g)	78	78	115	93	92
PTN (g)	27	19	20	33	29
LPD (g)	15	13	11	14	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
583	90	26	14
	62%	17%	21%

  
Cintia Oliveira da Silva  
Nutricionista da Divisão de Alimentação  
e Nutrição Escolar - 051 - 3547

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: NOVEMBRO - DEZEMBRO 2021

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	29/11/2021	30/11/2021	01/12/2021	02/12/2021	03/12/2021
LANCHE	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral
Manhã: 07:00 - 08:00 Tarde: 15:00 - 16:00	Maçã	Biscoito	Bolo	Banana	Pão com Ovo Mexido

ALMOÇO Manhã: 10:00 - 11:30 Tarde: 12:00 - 13:30	Arroz	Macarrão	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão		Feijão	Feijão	Feijão
	Bife Bovino Acebolado	Filé de Sobrecoxa Refogada com Tomate, Cenoura, Cebola e Cheiro Verde	Carne Bovina Moída Refogada com Brócolis e Tomate	Peito de Frango Refogado com Mandioca e Tomate	Carne Bovina em Flocos Refogada
	Salada de Repolho	Salada de Acelga	Salada de Alface	Salada de Pepino	Salada de Escarola
	Suco de Uva Integral	Maçã	Banana	Maçã	Mamão

Energia (kcal)	543	483	709	515	604
CHO (g)	83	65	119	86	79
PTN (g)	24	21	30	26	33
LPD (g)	12	16	14	10	17

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
571	86	27	14
	60%	18%	22%

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

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