

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Rua João Kuhl Filho, s/nº, Vila São João

Telefones: 3404-1846/3404-2438

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

Cardápio: CI CEIEF (Acima de 1 ano)

Mês: Janeiro 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	01/01	02/01	03/01	04/01	05/01
DESJEJUM		Leite e biscoito	Leite e Pão	Leite e biscoito	Leite e Pão
ALMOÇO		Arroz/Feijão/ Polenta/Sobrecoca ao molho	Arroz/Feijão/Carne moída com legumes	Arroz/Feijão/Purê de batatas/Carne refogada	Arroz/Feijão/Frango refogado
LANCHE		Pudim	Leite e Pão	Mingau de Aveia	Mini Bolo
JANTAR		Arroz/ Feijão/ Carne refogada	Arroz/ Feijão/ Frango assado	Arroz/ Feijão/ Frango com legumes	Macarrão com molho de Carne moída
FERIADO					
CALORIAS (kcal)		564	953	1023	677
CARBOIDRATO (g)		64	109	115	90
PROTEÍNA (g)		36	52	52	40
LÍPIDIOS (g)		18	34	39	18
VITAMINA A (Ug)		109	366	402	188
VITAMINA C (Mg)		5	6	6	8
FERRO (Mg)		2	4	4	3
MAGNÉSIO (Mg)		49	100	93	89
ZINCO (Mg)		4	9	13	6
CÁLCIO (Mg)		345	612	734	296

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

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

Adilson
Coordenador de Alimentação e Nutrição
CRM - 34140

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Rua João Kuhl Filho, s/nº, Vila São João

Telefones: 3404-1846/3404-2438

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

Cardápio: CI CEIEF (Acima de 1 ano)

Mês: Janeiro 2018

	SEGUNDA-FEIRA 08/01	TERÇA-FEIRA 09/01	QUARTA-FEIRA 10/01	QUINTA-FEIRA 11/01	SEXTA-FEIRA 12/01
DESJEJUM	Leite e biscoito	Leite e pão	Leite e biscoito	Leite e pão	Leite e pão
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Sobrecoca acebolada	Arroz/Feijão/ Purê de batata/ Carne moída	Arroz/Feijão/Carne com legumes	Arroz/Feijão/ Carne com legumes	Arroz/Feijão/ Carne moída
LANCHE	Mingau de Aveia	Gelatina	Leite e pão	Leite e Bolo de chocolate	Pudim
JANTAR	Arroz/ Feijão/ Carne com legumes	Arroz/ Feijão/ Sobrecoca refogada	Macarrão com molho de frango	Arroz/ Feijão/ Frango refogado	Risoto de frango, milho e ervilha
CALORIAS (kcal)	643	818	956	548	612
CARBOIDRATO (g)	85	92	120	60	92
PROTEÍNA (g)	39	51	38	36	28
LIPÍDIOS (g)	17	27	36	18	16
VITAMINA A (Ug)	109	332	366	189	108
VITAMINA C (Mg)	12	7	5	3	10
FERRO (Mg)	2	4	4	3	2
MAGNÉSIUM (Mg)	78	93	82	57	79
ZINCO (Mg)	10	14	12	11	5
CÁLCIO (Mg)	354	680	647	300	348

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar
CRP - 34120

CRP - 34120

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Rua João Kuhl Filho, s/nº, Vila São João
Telefones: 3404-1846/3404-2438
E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: CI CEIEF (Acima de 1 ano) Mês: Janeiro 2018

	SEGUNDA-FEIRA 15/01	TERÇA-FEIRA 16/01	QUARTA-FEIRA 17/01	QUINTA-FEIRA 18/01	SEXTA-FEIRA 19/01
DESJEJUM	Leite e biscoito	Leite e pão	Leite e biscoito	Leite e pão	Leite e pão
ALMOÇO	Arroz/Feijão/ Sobrecoxa refogada	Arroz/Feijão/ Carne com legumes	Arroz/Feijão/ Polenta/ Carne ao molho	Arroz/Feijão/ Frango refogado	Arroz/ Feijão/ Sobrecoxa acebolada
LANCHE	Mini bolo	Pudim	Mingau de Aveia	Leite e Pão	Mingau de Aveia
JANTAR	Risoto de carne, milho e ervilha	Arroz/ Feijão/ Frango refogado	Arroz/Feijão/ Carne moída	Arroz/ Feijão/ Carne com legumes	Arroz/Feijão/ Carne com legumes
CALORIAS (kcal)	635	606	1043	773	807
CARBOIDRATO (g)	82	72	114	90	92
PROTEÍNA (g)	38	39	53	47	45
LÍPIDIOS (g)	17	18	41	25	28
VITAMINA A (Ug)	188	109	402	217	927
VITAMINA C (Mg)	9	5	5	9	6
FERRO (Mg)	3	2	5	3	3
MAGNÉSIO (Mg)	86	52	99	75	86
ZINCO (Mg)	12	4	9	12	12
CÁLCIO (Mg)	301	348	725	646	628

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar CRI - 34440

CR 1.12.697

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Rua João Kuhl Filho, s/nº, Vila São João
Telefones: 3404-1846/3404-2438
E-mail: educacao.nutricionista@edu.limeira.sp.gov.br

Cardápio: CI CEIEF (Acima de 1 ano) Mês: Janeiro 2018

	SEGUNDA-FEIRA 22/01	TERÇA-FEIRA 23/01	QUARTA-FEIRA 24/01	QUINTA-FEIRA 25/01	SEXTA-FEIRA 26/01
DESJEJUM	PLANETAMENTO			Leite e biscoito	Leite e biscoito
ALMOÇO	PLANETAMENTO			Arroz/ Feijão/ Carne com Couve-flor	Arroz/ Feijão/ Fígado Acebolado/ Salada de Acelga
LANCHE	PLANETAMENTO			Mamão	Leite e Bolo de chocolate (preparo)
JANTAR	PLANETAMENTO			Arroz/Feijão/ Polenta/ Frango ao molho	Risoto de salsicha, milho e ervilha
CALORIAS (kcal)				734	829
CARBOIDRATO (G)				94	112
PROTEÍNA (G)				34	31
LIPÍDIOS (G)				25	28
VITAMINA A (Ug)				201	3435
VITAMINA C (Mg)				65	42
FERRO (Mg)				7	9
MAGNÉSIO (Mg)				128	93
ZINCO (Mg)				6	6
CÁLCIO (Mg)				245	365

OBS: Cardápio sujeito a alterações.

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

Waldemar
CRN - 34140

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Rua João Kuhl Filho, s/nº, Vila São João

Telefones: 3404-1846/3404-2438

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

Cardápio: CI CEIEF (Acima de 1 ano)

Mês: Janeiro 2018

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	29/01	30/01	31/01	01/02	02/02
DESTEJUM	Leite e biscoito	Leite e pão	Leite e biscoito	Leite e pão	Leite e biscoito
ALMOÇO	Arroz/ Feijão/ Carne/ Salada de Acelga	Arroz/Feijão/ Polenta/Sobrecoca ao molho	Arroz/ Feijão/ Peixe com batata/ Salada de Alface	Arroz/Feijão/Torta Madalena/ Salada de Escarola	Arroz/ Feijão/ Frango/ Salada de Chuchu
LANCHE	Maça	Gelatina	Pera	Mamão	Mini bolo
JANTAR	Risoto de frango, tomate, milho e ervilha	Arroz/ Feijão/ Carne/ Salada de Beterraba	Arroz/ Feijão/ Carne com Brócolis	Arroz/ Feijão/ Nuggets/ Salada de Abobrinha	Arroz/Feijão/ Pernil Moído/ Salada de Alface
CALORIAS (kcal)	481	712	510	707	705
CARBOIDRATO (g)	60	92	69	83	101
PROTEÍNA (g)	28	33	27	28	32
LÍPIDIOS (g)	15	24	14	23	19
VITAMINA A (Ug)	132	202	211	200	131
VITAMINA C (Mg)	25	21	31	61	23
FERRO (Mg)	5	7	6	6	6
MAGNÉSIO (Mg)	81	119	114	122	122
ZINCO (Mg)	4	7	4	4	4
CÁLCIO (Mg)	199	226	232	240	240

OBS: Cardápio sujeito a alterações.


Cristiane Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação
e Nutrição Escolar - 3404-2438


Valéria
Coordenadora de Alimentação
e Nutrição Escolar - 3404-2438