



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - BOLSA CRECHE - ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL

MÊS E ANO: MARÇO 2024

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 04/03/2024	TERÇA 05/03/2024	QUARTA 06/03/2024	QUINTA 07/03/2024	SEXTA 08/03/2024
LANCHE Manhã: 08:00	Leite Integral Pão com Manteiga	Leite Integral Pão com Requeijão Caseiro	Leite Integral Pão com Ovo Mexido	Leite Integral Bolo de Banana com Aveia	Leite Integral Pão com Requeijão Caseiro com Cenoura
ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz Feijão Ovos Mexidos Salada de Batata/Cenoura e Ervilha	Arroz Feijão Carne de Panela (Carne Bovina em Cubos Bem Cozida) Salada de Escarola	Arroz Feijão Peito de Frango Cozido Picadinho Salada de Chuchu com cheiro Verde	Arroz Feijão Fígado Bovino ao Vinagrete (cebola/tomate/cheiro verde) Salada de Alface	Arroz Feijão Sobrecoxa Assada com Batatas Salada de Pepino
LANCHE Tarde: 13:00	Leite Integral Abacaxi	Leite Integral Maçã	Leite Integral Mamão	Leite Integral Banana	Leite Integral Melão
JANTAR Tarde: 15:00	Arroz Feijão Filé de Sobrecoxa sem pele refogado Salada de Acelga	Arroz Feijão Carne Suína em Cubos Salada de Repolho com Cenoura Ralada	Macarrão à Bolonhesa (Carne Bovina Moída com molho) Salada de Brócolis	Arroz Feijão Isclas de Carne Bovina Acebolada Salada de Beterraba	Polenta Carne Bovina Moída com Molho Salada de Couve
Energia (kcal)	1974	706	760	999	909
CHO (g)	149	103	100	150	132
PTN (g)	43	30	44	44	45
LPD (g)	137	19	20	38	24
Vit. A (mcg)	1291	168	399	4211	355
Vit. C (mg)	108	5	85	78	121
Ca (mg)	440	323	379	597	576
Fe (mg)	8	4	5	10	10

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
1070	127 47%	41 15%	48 40%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
1285	80	463	7


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de
Alimentação Escolar
CRN 34 140

CONSIDERAÇÕES: Cardápio poderá ser alterado com autorização prévia das Nutricionistas; Até 3 anos é proibido o consumo de alimentos ultraprocessados e alimentos com açúcar, mel ou adoçantes.


Ione Passos Leme
Nutricionista da Divisão de
Alimentação Escolar
CRN 52 604

Telefone: 3404-1846
merenda.bolsacreche@edu.limeira.sp.gov.br



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - BOLSA CRECHE - ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL

MÊS E ANO: MARÇO 2024

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	11/03/2024	12/03/2024	13/03/2024	14/03/2024	15/03/2024
LANCHE Manhã: 08:00	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral
	Pão com Ovo Mexido	Pão com Requeijão Caseiro	Bolo de Frutas (Cenoura/Banana/Maçã)	Pão com Requeijão Caseiro com Cenoura	Pão com Manteiga
ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Batata Assada
	Carne Bovina Moida Refogada com Cenoura picadinha	Bife de Carne Bovina Cozido	Moqueca de Peixe (Batata, Tomate, Pimentão, Cheiro Verde e Cebola)	Carne de Panela com Legumes (Carne Bovina Cozida)	Estrogonoff de Frango
	Salada de Acelga	Salada de Couve-Flor	Salada de Alfaca	Salada de Couve	Salada de Cenoura
LANCHE Tarde: 13:00	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral
	Maçã	Pera	Banana	Melância	Laranja
JANTAR Tarde: 15:00	Macarrão ao Sugo	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
		Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Sobrecoxa Refogada com Molho	Frango Cozido Picadinho	Filé de Sobrecoxa Refogada	Carne Suína em Cubinhos Acebolada	Carne Bovina Moida Refogada com Cebola e Cheiro Verde
	Salada de Brócolis	Salada de Abobrinha	Salada de Escarola	Salada de Cenoura com Chuchu	Salada de Pepino com Tomate
Energia (kcal)	694	684	994	723	909
CHO (g)	100	102	146	105	114
PTN (g)	33	30	40	32	40
LPD (g)	18	17	36	19	33
Vit. A (mcg)	438	116	827	1141	576
Vit. C (mg)	15	20	77	50	85
Ca (mg)	347	318	461	384	441
Fe (mg)	5	3	5	4	5

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
801	113	35	25
	57%	18%	29%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
620	49	390	4


Cintia Cristiana da Silva
Nutricionista da Divisão de
Alimentação Escolar
CRN 34 140

CONSIDERAÇÕES: Cardápio poderá ser alterado com autorização prévia das Nutricionistas; Até 3 anos é proibido o consumo de alimentos ultraprocessados e alimentos com açúcar, mel ou adoçantes.


Ione Passos Leme
Nutricionista da Divisão de
Alimentação Escolar
CRN 52 604



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - BOLSA CRECHE - ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL

MÊS E ANO: MARÇO 2024

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	18/03/2024	19/03/2024	20/03/2024	21/03/2024	22/03/2024
LANCHE Manhã: 08:00	Leite Integral Pão com Manteiga	Leite Integral Pão com Requeijão Caseiro com Cenoura	Leite Integral Pão com Manteiga	Leite Integral Bolo de Frutas (Cenoura/Banana/Maçã)	Leite Integral Pão com Requeijão Caseiro
ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Frango Refogado	Carne de Panela (Carne Bovina em Cubos Cozida)	Fígado Bovino Ao Vinagrete (Cebola/Tomate/Cheiro Verde)	Filé de Sobrecoxa Sem Pele Refogado	Frango Cozido Picadinho
	Salada de Abóbora	Salada de Batata/Ervilha/Ovo	Salada de Alface	Salada de Chuchu	Salada de Cenoura
LANCHE Tarde: 13:00	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral
	Abacaxi	Banana	Manga	Maçã	Melão
JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Arroz	Macarrão ao Sugo	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão		Feijão	Polenta
	Carne Suína Refogada com Abobrinha	Iscas de Frango Acebolada	Carne Bovina Refogada com Molho	Iscas de Carne Bovina Acebolada (Cozida)	Carne Bovina Moída com Molho
	Salada de Beterraba	Salada de Repolho com Cenoura Ralada	Salada de Escarola	Salada de Tomate	Salada de Couve Manteiga

Energia (kcal)	746	1899	938	931	790
CHO (g)	102	156	118	126	110
PTN (g)	28	48	49	41	41
LPD (g)	26	123	31	38	21
Vit. A (mcg)	348	1733	4543	391	665
Vit. C (mg)	29	82	137	13	52
Ca (mg)	339	384	527	470	372
Fe (mg)	4	6	10	7	4

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
1061	122 46%	41 16%	48 40%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
1536	62	418	6

Ione Passos Leme
Nutricionista da Divisão de
Alimentação Escolar
CRN 52.604

Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de
Alimentação Escolar
CRN 34.140

CONSIDERAÇÕES: Cardápio poderá ser alterado com autorização prévia das Nutricionistas da Divisão de Alimentação Escolar; É proibido oferecer alimentos ultraprocessados e alimentos contendo açúcar, mel ou adoçantes para menores de 3 anos de idade.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - BOLSA CRECHE - ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL

MÊS E ANO: MARÇO 2024

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 25/03/2023	TERÇA 26/03/2023	QUARTA 27/03/2023	QUINTA 28/03/2023	SEXTA 29/03/2023
LANCHE Manhã: 08:00	Leite Integral	iogurte Natural com mamão/morango	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral
	Pão de Queijo	Flocos de Milho sem Açúcar	Biscoito de Polvilho	Bolo de Banana com Aveia	

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	FERIADO
	Feijão	Feijão	Feijão	Batata Assada	
	Carne Bovina Moída Refogada com vagem e cenoura picadinha (Sem Molho)	Moqueca de Peixe (Mandioca, Tomate, Pimentão, Cheiro Verde e Cebola)	Isclas de Frango Refogado Acebolada	Estrogonofe de Carne Bovina	
	Salada de Escarola	Salada de Alface	Salada de Batata com Ervilha	Salada de Brócolis	

LANCHE Tarde: 13:00	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	FERIADO
	Melancia	Banana	Maçã	Salada de Frutas	

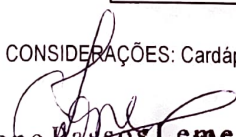
JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Macarrão à Bolonhesa (Carne Moída com Molho)	Arroz	Lanche Natural (Pão com frango desfiado, requeijão caseiro, tomate em rodela, cenoura ralada e alface)	FERIADO
	Feijão		Feijão		
	Frango Assado com Batatas		Carne Suína com Cenoura Ralada		
	Salada Acelga	Salada de Couve-Flor	Salada de Pepino com Tomate (em cubos)	Suco de Fruta	

Energia (kcal)	643	894	809	1171	
CHO (g)	85	172	103	187	
PTN (g)	24	31	40	47	
LPD (g)	24	11	27	39	
Vit. A (mcg)	317	406	1056	464	
Vit. C (mg)	12	102	16	64	
Ca (mg)	313	510	385	603	
Fe (mg)	3	17	4	6	

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
879	137	35	25
	62%	16%	26%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
575	48	453	7


Cintia Cristina da Silva
Nutricionista da Divisão de
Alimentação Escolar
CRN 34 140

CONSIDERAÇÕES: Cardápio poderá ser alterado com autorização prévia das Nutricionistas; Até 3 anos é proibido o consumo de alimentos ultraprocessados e alimentos com açúcar, mel ou adoçantes.


Ione dos Santos Leme
Nutricionista da Divisão de
Alimentação Escolar
CRN 52 604

Telefone: 3404-1846
merenda.bolsacreche@edu.limeira.sp.gov.br