



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL

MÊS E ANO: NOVEMBRO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 06/11/2023	TERÇA 07/11/2023	QUARTA 08/11/2023	QUINTA 09/11/2023	SEXTA 10/11/2023
LANCHE Manhã: 08:00	Leite	Leite	logurte	Leite	Leite
	Pão de Queijo	Pão com Ovo Mexido	Pão com Requeijão Caseiro	Pão com Ovo Mexido	Pão com Requeijão Caseiro

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz Integral	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Carne Bovina Moída Refogada	Omelete com Espinafre	Almôndegas Bovina com Molho de Tomate	Caçarola (Sobrecoxa com Mandioca, Cenoura, Molho de Tomate e Manjericão)	Carne em Tiras com Molho de Tomate
	Salada de Berinjela		Salada de Couve		Polenta

LANCHE Tarde: 13:00	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
	Melão	Maçã	Banana com Aveia	Melancia	Abacaxi

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Macarrão Vegetal com Frango Desfiado, Tomate, Cenoura e Ervilha	Arroz	Arroz	Beirute (Pão Sírio com Frango Desfiado, Tomate e Alface)	
	Feijão		Feijão	Feijão		
	Peito de Frango com Batata Doce	Salada de Repolho	Sobrecoxa em Cubos com Mandioquinha	Carne Bovina Moída Refogada	Salada de Escarola	Suco de Uva

Energia (kcal)	751	702	1268	846	1003
CHO (g)	131	95	219	115	154
PTN (g)	35	28	58	43	42
LPD (g)	29	23	29	24	24
Vit. A (mcg)	996	521	441	437	387
Vit. C (mg)	64	50	84	46	69
Ca (mg)	345	402	453	387	417
Fe (mg)	7	8	12	9	9

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
914	143	41	26
	60%	17%	23%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
556	62	400	9

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

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Até 3 anos deve ser oferecido a fórmula infantil e a partir de 3 anos o composto lácteo.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL

MÊS E ANO: NOVEMBRO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	13/11/2023	14/11/2023	15/11/2023	16/11/2023	17/11/2023
LANCHE Manhã: 08:00	Suco de Uva	logurte		Leite	Leite
	Ovo Mexido	Pão com Requeijão		Pão com Ovo Mexido	Pão com Requeijão

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Arroz	FERIADO	Arroz	Arroz Integral
	Feijão	Feijão		Feijão	Feijão
	Almôndegas de Frango com Molho de Tomate	Peito de Frango com Mandioquinha		Carne em Flocos Acebolada	Caçarola (Peito de Frango, Mandioca, Abobrinha, Molho de Tomate e Manjericão)
	Polenta			Salada de Escarola	

LANCHE Tarde: 13:00	Leite	Leite		Leite	Leite
	Melão	Maçã		Banana	Maçã

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Macarrão Integral a Bolonhesa com Manjericão (Carne Bovina Moída)	FERIADO	Arroz	Macarrão ao Sugo com Manjericão
	Feijão			Feijão	Carne Bovina em Cubos Refogada
	Carne Bovina Refogada	Salada de Chuchu e Ervilha		Omelete com Espinafre	Salada de Repolho
	Salada de Acelga				

Energia (kcal)	843	795		922	847
CHO (g)	108	123		127	123
PTN (g)	47	45		41	39
LPD (g)	24	18		28	23
Vit. A (mcg)	178	260		478	419
Vit. C (mg)	27	32		55	54
Ca (mg)	172	549		418	356
Fe (mg)	6	7		10	8

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
852	120	43	23
	56%	20%	24%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
334	42	374	8

Cintra Cristiane da Silva  
Nutricionista da Divisão  
Alimentação Escolar  
FONE 34 140

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Até 3 anos deve ser oferecido a fórmula infantil e a partir de 3 anos o composto lácteo.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL

MÊS E ANO: NOVEMBRO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 20/11/2023	TERÇA 21/11/2023	QUARTA 22/11/2023	QUINTA 23/11/2023	SEXTA 24/11/2023
LANCHE Manhã: 08:00		Leite	Leite	logurte	Leite
		Pão de Queijo	Pão com Requeijão Caseiro	Pão com Ovo Mexido	Pão com Requeijão Caseiro

ALMOÇO Manhã: 10:00	FERIADO	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
		Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
		Peito de Frango Refogado	Ovos a Primavera (Abobrinha, Cenoura e Molho de Tomate)	Fígado Bovino Acebolado	Bife Bovino à Rolê Cozido
		Salada de Almeirão		Salada de Alface	Salada de Tomate

LANCHE Tarde: 13:00		Leite	Leite	Leite	Leite
		Maçã	Banana	Melancia	Mamão

JANTAR Tarde: 15:00	FERIADO	Macarrão Integral a Bolonesa com Manjericão (Carne Bovina Moída)	Arroz	Arroz	Macarrão Vegetal com Frango Desfiado, Tomate, Cenoura e Manjericão
			Feijão	Feijão	
			Sobrecoxa em Cubos Refogada	Peito de Frango em Cubos Refogado com Espinafre	Salada de Rúcula
		Salada de Beterraba	Salada de Escarola		

Energia (kcal)		834	915	521	791
CHO (g)		112	131	74	112
PTN (g)		35	36	29	32
LPD (g)		29	28	12	25
Vit. A (mcg)		377	363	3477	507
Vit. C (mg)		44	54	28	129
Ca (mg)		543	366	173	397
Fe (mg)		7	9	6	7

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
766	108	33	23
	56%	17%	27%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
1181	64	370	7

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

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Até 3 anos deve ser oferecido a fórmula infantil e a partir de 3 anos o composto lácteo.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL

MÊS E ANO: NOVEMBRO - DEZEMBRO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 27/11/2023	TERÇA 28/11/2023	QUARTA 29/11/2023	QUINTA 30/11/2023	SEXTA 01/12/2023
LANCHE Manhã: 08:00	logurte	Leite	Leite	Leite	logurte
	Biscoito Polvilho	Pão com Ovo Mexido	Pão com Requeijão Caseiro	Pão com Ovo Mexido	Bolo de Cenoura (Receita do Carlos)

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Carne em Flocos Refogada	Peito de Frango Refogado com Chuchu	Bife Bovino a Role Cozido	Carne em Flocos Acebolada	Carne em Cubos Refogada
	Salada de Repolho		Salada de Alface	Salada de Acelga	Salada de Escarola

LANCHE Tarde: 13:00	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
	Abacaxi	Maçã	Banana	Melancia	Mamão

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Macarrão Integral a Bolonhesa com Manjericão (Carne Bovina Moida)	Arroz	Arroz	Pão com Frango Desfiado com Cenoura e Alface
	Feijão		Feijão	Feijão	
	Sobrecoxa Refogada com Abobrinha e Tomate		Almôndegas de Frango com Molho de Tomate	Sobrecoxa Refogada	
			Salada de Batata, Cenoura e Ervilha	Polenta	Salada de Berinjela e Tomate

Energia (kcal)	683	1070	915	953	874
CHO (g)	95	165	120	131	130
PTN (g)	34	51	56	43	46
LPD (g)	22	24	27	28	25
Vit. A (mcg)	190	690	303	610	837
Vit. C (mg)	54	57	30	57	108
Ca (mg)	298	581	348	385	694
Fe (mg)	5	9	6	9	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
899	128	46	25
	56%	20%	24%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
526	61	461	7

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

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Até 3 anos deve ser oferecido a fórmula infantil e a partir de 3 anos o composto lácteo.