



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: NOVEMBRO 2024

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	04/11/2024	05/11/2024	06/11/2024	07/11/2024	08/11/2024
LANCHE Manhã: 08:00	Leite Integral Pão com Manteiga	Leite Integral Pão com Requeijão Caseiro	Leite Integral Bolo de Frutas (Cenoura, Banana e Maçã)	Leite Integral Pão com Ovo Mexido	Leite Integral Pão com Requeijão Caseiro com Cenoura

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Ovos Mexidos	Frango Refogado com Legumes (Tomate, Cebola e Abóbora)	Figado Bovino ao Vinagrete (Cebola, Tomate e Cheiro Verde)	Estrogonofe de Frango	Filé de Sobrecoxa Assado com Batata Inglesa
	Salada de Batata Inglesa, Cenoura e Vagem	Salada de Repolho	Salada de Alface	Salada de Cenoura Cozida	Salada de Pepino com Tomate

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

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Macarrão ao Sugo	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão		Feijão	Feijão	Polenta
	Carne Bovina Cozida em Iscas com Cebola, Tomate e Cheiro Verde	Carne Moída ao Molho de Tomate	Carne Suína Desfiada com Cenoura Ralada	Carne de Panela em Cubos com Batata Inglesa	Carne Moída ao Molho de Tomate
	Salada de Escarola	Salada de Brócolis	Salada de Tomate	Salada de Beterraba	Salada de Couve

Energia (kcal)	735	730	1288	730	792
CHO (g)	99	112	212	100	122
PTN (g)	24	32	42	36	32
LPD (g)	28	17	38	20	20
Vit. A (mcg)	430	247	4466	521	911
Vit. C (mg)	35	20	83	9	88
Ca (mg)	350	332	605	432	357
Fe (mg)	4	4	8	4	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
855	129	33	25
	60%	15%	25%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
1315	47	415	5

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 52 601

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



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: NOVEMBRO 2024

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 11/11/2024	TERÇA 12/11/2024	QUARTA 13/11/2024	QUINTA 14/11/2024	SEXTA 15/11/2024
LANCHE Manhã: 08:00	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	
	Pão com Ovo Mexido	Pão com Requeijão Caseiro com Cenoura	Pão com Requeijão Caseiro	Bolo de Aveia com Banana	
ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	FERIADO
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	
	Frango Cozido com Legumes (Tomate, Cebola, Cheiro Verde, Batata Doce e Chuchu)	Bife de Panela Cozido com Mandioca	Filé de Sobrecoxa Assado com Batata Inglesa	Moqueca de Peixe (Batata Inglesa, Tomate, Pimentão, Cheiro Verde e Cebola)	
		Salada de Repolho com Cenoura Ralada	Salada de Tomate	Salada de Brócolis	
LANCHE Tarde: 13:00	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	
	Maçã	Laranja	Pera	Melão	
JANTAR Tarde: 15:00	Macarrão ao Sugo	Arroz	Arroz	Sopa de Mandioca com Carne Desfiada, Macarrão Ave Maria, Cenoura e Couve	FERIADO
	Carne Moída ao Molho de Tomate	Feijão	Feijão		
		Carne Suína com Tomate e Cebola	Carne Moída com Tomate, Cebola e Chuchu		
	Salada de Alface	Salada de Beterraba	Salada de Couve-Flor		
Energia (kcal)	728	763	705	860	
CHO (g)	99	115	103	118	
PTN (g)	27	32	29	38	
LPD (g)	25	19	20	38	
Vit. A (mcg)	413	846	141	406	
Vit. C (mg)	14	63	16	27	
Ca (mg)	327	355	313	428	
Fe (mg)	4	4	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
764	109	32	25
	56%	15%	29%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
452	30	356	4

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.

Ionei Assos Leme
Nutricionista da Divisão de Alimentação Escolar
CRN 52 601

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



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: NOVEMBRO 2024

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 18/11/2024	TERÇA 19/11/2024	QUARTA 20/11/2024	QUINTA 21/11/2024	SEXTA 22/11/2024
LANCHE Manhã: 08:00	Leite Integral	Leite Integral	FERIADO	Leite Integral	Leite Integral
	Pão com Manteiga	Pão com Requeijão Caseiro		Pão com Requeijão Caseiro com Cenoura	Pão com Ovo Mexido
ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Arroz		Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão		Feijão	Feijão
	Carne Bovina Refogada com Tomate, Cebola e Abóbora	Frango Picadinho com Legumes (Chuchu e Batata Inglesa)		Estrogonofe de Carne	Iscas de Carne Bovina Cozida com Cebola, Tomate e Cheiro Verde
	Salada de Chuchu	Salada de Beterraba		Salada de Batata Inglesa com Brócolis	Salada de Abobrinha
LANCHE Tarde: 13:00	Leite Integral	Leite Integral		Leite Integral	Leite Integral
	Banana	Manga		Maçã	Melancia

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Macarrão ao Sugo	FERIADO	Arroz	Arroz
	Feijão			Feijão	Polenta
	Carne Suína Refogada com Cebola, Tomate e Abobrinha	Almôndegas de Carne Moída ao Molho de Tomate		Fígado Picadinho ao Vinagrete (Tomate, Cebola e Cheiro Verde)	Sobrecoxa de Frango Refogada ao Molho de Tomate
	Escarola Refogada	Salada de Couve-Flor com Cenoura Cozida		Salada de Alface	Couve Refogada

Energia (kcal)	767	756		730	834
CHO (g)	104	108		103	111
PTN (g)	27	40		35	41
LPD (g)	27	19		22	25
Vit. A (mcg)	260	451		1224	706
Vit. C (mg)	11	93		46	34
Ca (mg)	312	337		486	367
Fe (mg)	4	3		5	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
772	107	36	23
	55%	17%	28%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
660	46	376	5

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.

Ione P. dos Lenc
Nutricionista da Divisão de
Alimentação Escolar
CRN 52 601

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



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: NOVEMBRO 2024

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 25/11/2024	TERÇA 26/11/2024	QUARTA 27/11/2024	QUINTA 28/11/2024	SEXTA 29/11/2024
LANCHE Manhã: 08:00	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral
	Pão com Manteiga	Pão com Requeijão Caseiro com Cenoura	Pão com Ovo Mexido	Pão com Requeijão Caseiro	Bolo de Frutas (Cenoura, Banana e Maça)

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	File de Sobrecoxa Refogado com Cenoura e Abobrinha	Moqueca de Peixe (Mandioca, Tomate, Pimentão, Cheiro Verde e Cebola)	Frango Assado com Batata Inglesa	Isclas de Carne Bovina Cozida (Cebola, Tomate e Pimentão)	Frango com Legumes (Cenoura, Chuchu, Batata Doce)
	Salada de Repolho	Salada de Alface	Salada de Beterraba	Salada de Tomate	Salada de Acelga

LANCHE Tarde: 13:00	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral	Leite Integral
	Laranja	Maça	Mamão	Banana	Salada de Frutas

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Arroz	Macarrão ao Sugo	Arroz	Buraco Quente (Pão com Carne Bovina Moída ao Molho de Tomate)
	Feijão	Feijão		Feijão	
	Carne Bovina Moída com Abóbora Cabotiã	Carne Bovina em Cubos Bem Cozida com (Cebola, Tomate e Cheiro Verde)	Carne Bovina Moída com Molho de Tomate	Carne Suína com Cenoura Ralada	
	Salada Brócolis	Salada de Pepino	Couve Refogada	Salada de Chuchu	

Energia (kcal)	731	969	758	734	913
CHO (g)	95	151	105	110	128
PTN (g)	25	42	37	31	41
LPD (g)	28	22	21	19	35
Vit. A (mcg)	353	1066	363	158	635
Vit. C (mg)	64	98	76	22	44
Ca (mg)	344	401	444	309	495
Fe (mg)	4	6	5	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
821	118	35	25
	57%	17%	26%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
515	61	399	5

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

Ione Passos Leme
Nutricionista da Divisão de Alimentação Escolar
CRN 52 601

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