



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: MARÇO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023
LANCHE Manhã: 07h Tarde: 15h	Suplemento	Suplemento	Suplemento	Suplemento	Suplemento
	Biscoito	Pão Hot Dog com Ovo Mexido	Bisnaguinha Integral com Requeijão Caseiro	Pão Hot Dog com Ovo Mexido	Biscoito

ALMOÇO Manhã: 10h Tarde: 12h	Arroz	Macarrão Integral ao Sugo com Manjericão	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão		Feijão	Feijão	Feijão
	Ovos a Primavera (Abobrinha, Brócolis, Cenoura, Tomate e Cheiro Verde)	Frango Moído Refogado	Bife Bovino Acebolado	Sobrecoxa Refogada	Tilápia Empanada Assada
	Salada de Acelga	Salada de Chuchu, Cenoura, Ervilha, Cebola e Cheiro Verde	Batata Assada	Couve Refogada	Salada de Tomate com Manjericão
			Salada de Alface e Rúcula	Salada de Beterraba	
	Maçã	Banana		Mamão	

Energia (kcal)	544	600	812	688	573
CHO (g)	86	96	131	109	88
PTN (g)	25	31	38	33	29
LPD (g)	11	10	16	13	12

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
643	102	31	13
	63%	19%	18%


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.



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: MARÇO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023
LANCHE Manhã: 07h Tarde: 15h	Suplemento	Suplemento	iogurte	Suplemento	Suplemento
	Biscoito	Pão Hot Dog com Ovo Mexido	Biscoito	Pão Hot Dog com Ovo Mexido	Biscoito

ALMOÇO Manhã: 10h Tarde: 12h	Arroz Integral	Macarrão Vegetal ao Sugo com Manjerição	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão		Feijão	Feijão	Feijão
	Caçarola (Carne Bovina em Cubos com Batata Doce, Chuchu e Molho de Tomate)	Frango Moido Refogado	Fígado Bovino Acebolado	Sobrecoxa Refogada	Carne Bovina Moida Refogada
			Batata Assada		Repolho Refogado com Cenoura
	Salada de Acelga	Salada de Cenoura, Tomate, Ervilha, Cebola e Cheiro Verde	Salada de Alface e Rúcula	Salada de Berinjela, Cebola, Tomate e Salsa	Salada de Couve Manteiga
	Maçã	Banana		Mamão	

Energia (kcal)	544	610	662	622	629
CHO (g)	83	98	135	92	101
PTN (g)	28	32	34	32	30
LPD (g)	10	10	6	13	12

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
613	102	31	10
	65%	20%	15%


Cintia Christiane 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.



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: MARÇO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023
LANCHE	Suplemento	Suplemento	Suplemento	Suplemento	Suplemento
Manhã: 07h Tarde: 15h	Biscoito	Pão Hot Dog com Ovo Mexido	Bisnaguinha com Recheio de Frango	Pão Hot Dog com Ovo Mexido	Biscoito

	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz Integral	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
ALMOÇO Manhã: 10h Tarde: 12h	Sobrecoxa Refogada com Manjerição	Carne Bovina Moída com Espinafre e Tomate	Peito de Frango Refogado	Carne Bovina em Tiras com Mandioca e Cebola	Peito de Frango Refogado com Brócolis
			Abobrinha Refogada		
	Salada de Abóbora, Chuchu e Cheiro Verde	Salada de Repolho	Salada de Escarola	Salada de Almeirão	Salada de Pepino
	Maçã		Banana	Caqui	Mamão

Energia (kcal)	568	668	757	675	565
CHO (g)	96	103	114	103	95
PTN (g)	28	33	28	35	28
LPD (g)	8	13	19	14	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
647	102	30	12
	63%	19%	18%


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de
Alimentação Escolar.
CRN 34 146

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: MARÇO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 27/03/2023	TERÇA 28/03/2023	QUARTA 29/03/2023	QUINTA 30/03/2023	SEXTA 31/03/2023
LANCHE Manhã: 07h Tarde: 15h	Suplemento	Suplemento	Suplemento	Suplemento	Suplemento
	Biscoito	Pão Hot Dog com Ovo Mexido	Biscoito	Pão Hot Dog com Ovo Mexido	Biscoito

ALMOÇO Manhã: 10h Tarde: 12h	Arroz	Macarrão ao Sugo com Manjericão	Arroz	Arroz	Beirute (Pão Sirio com Frango Desfiado, Mussarela, Alface e Cenoura Ralada)	
	Feijão		Feijão	Feijão		
	Peito de Frango Acebolado	Carne Bovina Moída Refogada	Sobrecoxa Refogada	Moqueca de Peixe (Peixe com Mandioca, Tomate, Pimentão e Cheiro Verde)		
	Abobrinha Refogada	Salada de Batata, Vagem, Cenoura e Cheiro Verde	Salada de Escarola e Cebola	Salada de Pepino com Manjericão		Suco de Uva
	Salada de Beterraba	Maçã	Banana	Mamão		Caqui

Energia (kcal)	538	438	630	644	633
CHO (g)	86	73	106	107	96
PTN (g)	29	24	26	32	22
LPD (g)	8	6	12	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
577	94	26	11
	65%	18%	17%


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de Alimentação Escolar
CRN34 140

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