



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: OUTUBRO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	02/10/2023	03/10/2023	04/10/2023	05/10/2023	06/10/2023
LANCHE Manhã: 08:00	Suco de Uva	Leite	logurte	Leite	Leite
	Biscoito de Polviho	Pão com Ovo Mexido	Pão com Requeijão Caseiro	Pão com Ovo Mexido	Pão com Requeijão Caseiro

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz Integral	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Carne em Cubos com Mandioca e Molho de Tomate	Sobrecoxa em Cubos com Cenoura	Bife Bovino Acebolado	Fígado Acebolado	Almôndegas Bovina com Molho de Tomate
			Salada de Escarola	Salada de Tomate	Salada de Acelga

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

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Macarrão Integral a Bolonhesa com Manjericão (Carne Bovina Moída)	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão		Feijão	Feijão	Feijão
	Peito de Frango com Abóbora	Salada de Beterraba	Sobrecoxa em Cubos com Berinjela e Tomate	Carne Bovina em Cubos com Mandioquinha	Peito de Frango com Espinafre

Energia (kcal)	742	936	836	955	880
CHO (g)	118	122	128	136	126
PTN (g)	29	51	43	43	37
LPD (g)	18	28	21	26	26
Vit. A (mcg)	152	544	227	3524	473
Vit. C (mg)	26	47	32	56	109
Ca (mg)	167	578	354	379	366
Fe (mg)	5	10	7	11	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
869	126	41	24
	58%	24%	18%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
984	54	369	8


Cintia Castiane da Silva
Nutricionista da Divisão de
Alimentação Escolar
CPN 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: OUTUBRO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	09/10/2023	10/10/2023	11/10/2023	12/10/2023	13/10/2023
LANCHE Manhã: 08:00	Leite Pão de Queijo	Iogurte Flocos de Milho	Leite Bolo Cacauzinho		

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Arroz	Arroz	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
	Feijão	Feijão	Feijão		
	Bife Bovino Rolê com Molho de Tomate	Carne Bovina em Cubos Refogada	Sobrecoxa em Cubos Refogada		
	Salada de Chuchu	Salada de Acelga	Salada de Almeirão e Tomate		

LANCHE Tarde: 13:00	Leite	Leite	Leite		
	Abacaxi	Melancia	Salada de Frutas (Manga, Banana, Uva e Maçã)		

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Macarrão Vegetal com Almôndegas de Frango, Molho de Tomate e Manjericão	Pão Hambúrguer com Carne Bovina em Tiras Acebolada, Alface e Rúcula		
	Feijão				
	Carne Bovina em Cubos com Abobrinha	Salada de Batata, Cenoura e Ervilha	Suco de Uva		

Energia (kcal)	857	1099	1008	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
CHO (g)	112	168	161		
PTN (g)	34	59	34		
LPD (g)	33	22	31		
Vit. A (mcg)	315	483	457		
Vit. C (mg)	72	49	110		
Ca (mg)	345	408	389		
Fe (mg)	8	19	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
988	146	42	29
	58%	16%	26%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
418	77	381	12


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de
Alimentação Escolar
CPA 14.140

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: OUTUBRO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	16/10/2023	17/10/2023	18/10/2023	19/10/2023	20/10/2023
LANCHE Manhã: 08:00	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
	Biscoito de Polviho	Pão com Ovo Mexido	Pão com Requeijão Caseiro	Pão com Ovo Mexido	Pão com Patê de Cenoura Vegano

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz Integral	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Carne em Cubos Refogada com Abobrinha	Bife de Frango à Rolê Cozido	Fígado Bovino Acebolado	Caçarola (Peito de Frango, Cenoura, Chuchu, Vagem e Molho de Tomate)	Carne em Tiras Refogada
		Salada de Acelga	Salada de Alface		Salada de Escarola

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

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Macarrão Integral a Bolonhesa com Manjericão(Carne Bovina Moída)	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão		Feijão	Feijão	Feijão
	Sobrecoxa em Cubos com Mandioquinha	Salada de Repolho	Peito de Frango Refogado com Batata Doce	Carne Bovina em Tiras Acebolada com Couve Flor	Sobrecoxa em Cubos com Cenoura

Energia (kcal)	780	1092	818	555	811
CHO (g)	121	157	155	75	115
PTN (g)	30	56	42	29	35
LPD (g)	26	26	27	16	24
Vit. A (mcg)	335	561	4274	228	487
Vit. C (mg)	45	59	62	29	100
Ca (mg)	296	385	379	161	378
Fe (mg)	7	9	10	6	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
811	125	38	24
	59%	24%	17%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
1177	59	320	8


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: OUTUBRO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 23/10/2023	TERÇA 24/10/2023	QUARTA 25/10/2023	QUINTA 26/10/2023	SEXTA 27/10/2023
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	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Carne em Cubos Refogada	Sobrecoxa em Cubos Refogada	Carne em Flocos Acebolada	Peixe Refogado com Mandioca, Tomate, Pimentão e Molho de Tomate	Carne em Cubos Refogada
	Salada de Acelga	Salada de Beterraba	Salada Couve	Salada de Alface	Salada de Tomate

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

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Macarrão Integral com Carne Bovina em Cubos, Molho de Tomate e Manjerição	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão		Feijão	Feijão	Feijão
	Almôndegas de Frango com Molho de Tomate	Salada de Repolho	Peito de Frango Refogado com Chuchu	Carne em Cubos Refogada com Berinjela	Sobrecoxa em Cubos com Brócolis e Cenoura

Energia (kcal)	931	1078	807	1050	810
CHO (g)	109	159	121	162	119
PTN (g)	45	46	44	42	39
LPD (g)	36	28	20	25	27
Vit. A (mcg)	389	417	380	566	419
Vit. C (mg)	47	48	59	70	109
Ca (mg)	341	372	387	395	370
Fe (mg)	7	8	7	9	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
935	134	43	27
	57%	18%	25%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
834	67	373	8


 Cintia Cristiane da Silva
 Nutricionista da Divisão de
 Alimentação Escolar
 Matr. 21.140

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: AGOSTO - SETEMBRO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 30/10/2023	TERÇA 31/10/2023	QUARTA 01/11/2023	QUINTA 02/11/2023	SEXTA 03/11/2023
LANCHE Manhã: 08:00	logurte	Leite	Leite		
	Ovo Mexido	Pão com Requeijão Caseiro	Pão com Ovo Mexido		

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz Integral	Arroz	Arroz	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
	Feijão	Feijão	Feijão		
	Carne em Cubos com Molho de Tomate	Peito de Frango em Cubos com Cenoura	Carne em Flocos Acebolada		
	Polenta		Salada de Escarola		

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

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Macarrão com Almôndegas Bovina, Molho de Tomate e Manjericão	Arroz		
	Feijão		Feijão		
	Sobrecoxa Refogada		Sobrecoxa Refogada com Chuchu		
	Salada de Pepino		Salada de Repolho		

Energia (kcal)	718	774	913	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
CHO (g)	97	119	135		
PTN (g)	41	30	43		
LPD (g)	22	20	29		
Vit. A (mcg)	180	486	358		
Vit. C (mg)	25	48	42		
Ca (mg)	296	351	387		
Fe (mg)	6	7	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
802	117	38	24
	55%	19%	26%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
341	38	345	8


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.