



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: DEZEMBRO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 04/12/2023	TERÇA 05/12/2023	QUARTA 06/12/2023	QUINTA 07/12/2023	SEXTA 08/12/2023
LANCHE Manhã: 08:00	Leite Pão de Queijo	Leite Pão com Ovo Mexido	Leite Pão com Requeijão Caseiro	Leite Pão com Ovo Mexido	Leite Pão Hot Dog com Patê de Cenoura Vegano

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz Integral	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Caçarola (Peito de Frango, Mandioca, Chuchu, Tomate e Molho de Tomate)	Omelete de Forno com Espinafre	Sobrecoxa em Cubos Refogada Salada de Alface	Carne Bovina Acebolada Salada de Escarola	Peito de Frango Refogado com Abobrinha e Tomate

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

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Macarrão Integral a Bolonesa (Carne Bovina Moida)	Arroz	Macarrão Integral com Frango Desfiado, Tomate, Cenoura e Ervilha	Pão com Carne Bovina Moida com Molho de Tomate
	Feijão		Polenta		
	Carne Bovina Refogada com Cenoura	Salada de Batata, Cenoura e Ervilha	Carne Bovina Refogada com Molho de Tomate Salada de Tomate	Salada de Rúcula	Suco de Uva

Energia (kcal)	821	818	934	787	869
CHO (g)	106	107	134	99	135
PTN (g)	33	39	38	41	37
LPD (g)	30	26	28	25	20
Vit. A (mcg)	358	672	459	476	376
Vit. C (mg)	43	50	69	86	46
Ca (mg)	328	396	351	431	402
Fe (mg)	7	9	8	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
846	116	38	26
	55%	18%	27%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
468	59	381	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: DEZEMBRO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 11/12/2023	TERÇA 12/12/2023	QUARTA 13/12/2023	QUINTA 14/12/2023	SEXTA 15/12/2023
LANCHE Manhã: 08:00	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
	Biscoito de Polvilho	Pão com Requeijão Caseiro	Pão com Ovo Mexido	Pão com Requeijão Caseiro	Pão com Ovo Mexido

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Sobrecoxa em Cubos Refogada Salada de Acelga	Omelete de Forno com Tomate	Caçarola (Peito de Frango, Cenoura, Chuchu e Molho de Tomate)	Carne Bovina Refogada com Berinjela e Tomate	Peito de Frango Refogado com Espinafre

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

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Macarrão Integral a Bolonhesa (Carne Bovina Moída)	Arroz	Arroz	Pão com Carne Bovina Moída com Molho de Tomate
	Feijão		Feijão	Feijão	
	Carne Bovina Refogada com Cenoura	Salada de Repolho	Carne Bovina Refogada com Mandioca	Macarrão Integral com Almôndegas de Frango com Molho De Tomate	Salada de Alface

Energia (kcal)	739	799	926	782	937
CHO (g)	94	108	132	104	135
PTN (g)	30	36	44	39	43
LPD (g)	27	25	25	24	24
Vit. A (mcg)	499	425	479	413	391
Vit. C (mg)	49	49	47	76	41
Ca (mg)	292	363	377	362	433
Fe (mg)	7	8	9	8	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
836	115	38	25
	55%	18%	27%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
441	52	365	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: DEZEMBRO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023
LANCHE Manhã: 08:00	Leite	Leite	Leite	Leite	
	Flocos de Milho	Pão com Ovo Mexido	Pão com Requeijão Caseiro	Ovo Mexido	

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	CONSELHO DE CICLO
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	
	Peito de Frango Refogado com Cenoura	Peito de Frango Refogado com Chuchu	Sobrecoxa em Cubos Refogada Salada de Beterraba	Carne Bovina Refogada com Chuchu e Tomate	

LANCHE Tarde: 13:00	Leite	Leite	Leite	Leite	
	Melão	Maçã	Abacaxi	Pêra	

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Macarrão Integral a Bolonesa (Carne Bovina Moída)	Arroz	Macarrão Integral com Frango Desfiado, Tomate, Cenoura e Ervilha	
	Feijão		Feijão		
	Carne Bovina Refogada	Carne Bovina Refogada			
	Salada de Acelga	Salada de Repolho	Salada de Tomate		

Energia (kcal)	813	773	898	642	
CHO (g)	128	102	124	75	
PTN (g)	35	40	39	36	
LPD (g)	18	22	27	22	
Vit. A (mcg)	487	415	288	432	
Vit. C (mg)	59	49	69	45	
Ca (mg)	292	367	363	289	
Fe (mg)	21	8	8	6	

## 22 A 29 RECESSO!

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
781	107	37	22
	55%	19%	26%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
406	56	328	11

  
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.