



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO: CENTRO INFANTIL - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: OUTUBRO 2024

Semana de combate à Obesidade Infantil!

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	07/10/2024	08/10/2024	09/10/2024	10/10/2024	11/10/2024
LANCHE Manhã: 08:00	Leite	Leite	Suco de Uva	Leite	Iogurte
	Biscoito de Polvilho	Bisnaguinha com Manteiga	Ovo Mexido	Bolo do Carlos	Flocos de Milho

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Arroz	Arroz	Macarrão Integral com Almôndegas Bovina com Molho de Tomate e Manjericão	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão		Feijão
	Peito de Frango em Cubos com Batata	Carne em Cubos com Mandioca	Sobrecoxa em Cubos com Cenoura e Vagem	Salada Tropical (Acelga, Abacaxi, Manga e Tomate)	Peito de Frango com Chuchu
	Salada de Pepino	Salada de Repolho	Salada de Tomate	Salada de Escarola	

LANCHE Tarde: 13:00	Suco de Uva	Leite	Leite	Leite	Salada de Fruta (Laranja, Banana, Maçã, Manga e Mamão)
	Maçã	Melão	Banana	Maçã	

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Pão Sírio com Frango Desfiado e Requeijão Caseiro
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	
	Omelete de Forno	Peito de Frango em Cubos com Abobrinha	Carne Moída com Batata Doce	Peito de Frango em Cubos com Abóbora	Suco de Uva
	Salada de Beterraba				

Energia (kcal)	618	814	678	599	862
CHO (g)	106	110	109	88	154
PTN (g)	18	25	23	16	41
LPD (g)	13	30	16	22	10
Vit. A (mcg)	138	386	306	313	36
Vit. C (mg)	25	50	42	53	55
Ca (mg)	144	340	171	266	319
Fe (mg)	3	7	4	5	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	
714	113	25	18	
	63%	14%	23%	
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	
236	45	248	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. Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO: CENTRO INFANTIL - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: OUTUBRO 2024

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 14/10/2024	TERÇA 15/10/2024	QUARTA 16/10/2024	QUINTA 17/10/2024	SEXTA 18/10/2024
LANCHE Manhã: 08:00		Leite	Suco de Uva	Leite	Leite
		Biscoito de Milho	Ovo Mexido	Bisnaguinha com Manteiga	Biscoito de Polvilho


ALMOÇO Manhã: 10:00	REUNIÃO	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
		Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
		Omelete de Forno	Sobrecoxa em Cubos com Abobrinha	Carne em Flocos com Batata	Peito de Frango em Cubos com Cenoura e Vagem
		Salada de Beterraba		Salada de Repolho	

LANCHE Tarde: 13:00		Leite	Leite	Leite	Suco de Uva
		Maçã	Banana	Melancia	Mamão

JANTAR Tarde: 15:00		Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
		Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
		Sobrecoxa em Cubos com Brócolis	Carne Moída com Abóbora	Peito de Frango com Chuchu	Carne Moída com Couve Flor

Energia (kcal)		643	699	797	601
CHO (g)		101	112	106	101
PTN (g)		19	25	25	18
LPD (g)		18	17	30	13
Vit. A (mcg)		299	619	431	311
Vit. C (mg)		37	80	49	80
Ca (mg)		280	228	342	161
Fe (mg)		5	5	7	3

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
685	105	22	20
	61%	13%	26%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
415	62	253	5


Cintia Cristina 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. Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO: CENTRO INFANTIL - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: OUTUBRO 2024

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	21/10/2024	22/10/2024	23/10/2024	24/10/2024	25/10/2024
LANCHE Manhã: 08:00	Leite	Leite	Suco de Uva	Leite	Leite
	Biscoito de Milho	Bisnaguinha com Requeijão Caseiro	Ovo Mexido	Bisnaguinha com Manteiga	Biscoito de Polvilho


ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Macarrão Integral a Bolonhesa com Manjerição (Carne Bovina Moída)	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão		Feijão	Feijão	Feijão
	Peito de Frango em Cubos com Batata	Salada de Chuchu	Sobrecoxa em Cubos com Abobrinha	Carne Bovina em Cubos com Mandioca	Peito de Frango em Cubos com Abóbora
	Salada de Repolho			Salada de Escarola	

LANCHE Tarde: 13:00	Suco de Uva	Leite	Leite	Leite	Suco de Uva
	Melão	Maçã	Banana	Melancia	Mamão

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Carne Bovina Moída com Cenoura	Sobrecoxa em Cubos com Tomate	Carne Bovina Moída com Batata Doce	Peito de Frango em Cubos com Cenoura e Vagem	Ovo Cozido Salada de Tomate

Energia (kcal)	603	682	691	911	607
CHO (g)	106	100	112	118	102
PTN (g)	19	27	24	36	19
LPD (g)	11	20	16	33	13
Vit. A (mcg)	124	375	242	586	329
Vit. C (mg)	35	44	37	49	88
Ca (mg)	152	320	172	352	176
Fe (mg)	3	6	4	8	3

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
699	108	25	18
	62%	14%	24%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
331	51	234	5


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. Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO: CENTRO INFANTIL - ZONA RURAL E URBANA
FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: OUTUBRO - NOVEMBRO 2024

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 28/10/2024	TERÇA 29/10/2024	QUARTA 30/10/2024	QUINTA 31/10/2024	SEXTA 01/11/2024
LANCHE Manhã: 08:00		Leite	Suco de Uva	Leite	logurte
		Biscoito	Ovo Mexido	Bisnaguinha com Requeijão	Flocos de Milho


ALMOÇO Manhã: 10:00	FERIADO	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
		Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
		Omelete de Forno	Sobrecoxa em Cubos com Chuchu	Carne Bovina em Cubos com Batata Doce	Peito de Frango em Cubos com Abobrinha
		Salada de Beterraba		Salada de Almeirão	

LANCHE Tarde: 13:00	Suco de Uva	Leite	Leite	Suco de Uva
	Maçã	Banana	Melancia	Mamão

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Peito de Frango em Cubos com Cenoura	Carne Bovina Moída com Abóbora	Sobrecoxa em Cubos com Mandioca	Fígado Acebolado
				Salada de Tomate

Energia (kcal)	626	669	685	694
CHO (g)	109	107	115	136
PTN (g)	16	23	29	26
LPD (g)	13	16	22	5
Vit. A (mcg)	177	188	436	163
Vit. C (mg)	21	35	41	93
Ca (mg)	164	164	334	296
Fe (mg)	4	4	7	16

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
668	117	23	14
	68%	14%	18%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
241	47	239	8


Cintia C. da Silva
Nutricionista - 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. Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.