



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: 07 A 11 MESES - PERÍODO INTEGRAL

MÊS E ANO: NOVEMBRO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	06/11/2023	07/11/2023	08/11/2023	09/11/2023	10/11/2023
LANCHE Manhã: 08:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil

ALMOÇO Manhã: 10:00	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Fubá
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Fígado Bovino	Ovo Cozido	Carne Bovina	Filé de Sobrecoxa	Peito de Frango
	Berinjela	Espinafre	Couve	Mandioca	Abobrinha

LANCHE Tarde: 12:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
------------------------	------------------	------------------	------------------	------------------	------------------

LANCHE Tarde: 13:30	Melão	Maçã	Banana com Aveia	Maçã	Mamão
------------------------	-------	------	------------------	------	-------

JANTAR Tarde: 15:00	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
	Arroz	Macarrão	Arroz	Arroz	Macarrão
	Feijão	Ervilha	Feijão	Feijão	Ervilha
	Peito de Frango	Peito de Frango	Filé de Sobrecoxa	Carne Bovina	Carne Bovina
	Batata Doce	Cenoura e Tomate	Mandiocquinha	Escarola	Tomate

Energia (kcal)	463	445	520	501	408
CHO (g)	75	65	87	84	56
PTN (g)	20	18	16	15	18
LPD (g)	12	13	12	12	13
Vit. A (mcg)	1982	507	389	289	393
Vit. C (mg)	41	42	57	39	82
Ca (mg)	288	293	290	271	274
Fe (mg)	6	5	5	5	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
467	73	17	12
	63%	14%	23%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
712	52	283	5


Cinzia 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; Os alimentos das papinhas devem ser amassados ou raspados; Todos os alimentos devem ser bem cozidos; Para esfriar a papinha deve se mexer com a colher, nunca soprar, começar a servir pelas bordas, pois esfriam antes; 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: CI - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: 07 A 11 MESES - PERÍODO INTEGRAL

MÊS E ANO: NOVEMBRO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	13/11/2023	14/11/2023	15/11/2023	16/11/2023	17/11/2023
LANCHE Manhã: 08:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil		Fórmula Infantil	Fórmula Infantil

ALMOCO Manhã: 10:00	Papinha de:	Papinha de:		Papinha de:	Papinha de:
	Fubá	Arroz		Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão		Feijão	Feijão
	Filé de Sobrecoxa	Peito de Frango		Carne Bovina	Peito de Frango
	Cenoura	Mandiocinha		Escarola	Mandioca e Abobrinha

LANCHE Tarde: 12:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil		Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
------------------------	------------------	------------------	--	------------------	------------------

LANCHE Tarde: 13:30	Melão	Maçã		Banana com Aveia	Mamão
------------------------	-------	------	--	------------------	-------

JANTAR Tarde: 15:00	Papinha de:	Papinha de:		Papinha de:	Papinha de:
	Arroz	Macarrão		Arroz	Macarrão
	Feijão	Ervilha		Feijão	Ervilha
	Carne Bovina	Carne Bovina		Ovo	Carne Bovina
	Batata Doce	Chuchu e Vagem		Espinafre	Repolho

Energia (kcal)	458	454		477	479
CHO (g)	73	67		71	76
PTN (g)	15	18		18	19
LPD (g)	12	13		14	13
Vit. A (mcg)	543	267		376	388
Vit. C (mg)	42	40		46	100
Ca (mg)	267	263		300	310
Fe (mg)	5	5		6	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
467	72	18	13
	61%	15%	24%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
394	57	285	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; Os alimentos das papinhas devem ser amassados ou raspados; Todos os alimentos devem ser bem cozidos; Para esfriar a papinha deve se mexer com a colher, nunca soprar, começar a servir pelas bordas, pois esfriam antes; 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: CI - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: 07 A 11 MESES - PERÍODO INTEGRAL

MÊS E ANO: NOVEMBRO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	20/11/2023	21/11/2023	22/11/2023	23/11/2023	24/11/2023
LANCHE Manhã: 08:00		Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil

ALMOÇO Manhã: 10:00	FERIADO	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
		Arroz	Arroz	Arroz	Fubá
		Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
		Peito de Frango	Ovo	Fígado	Carne Bovina
		Batata Doce	Abobrinha e Cenoura	Mandiocquinha	Tomate


LANCHE Tarde: 12:00		Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
------------------------	--	------------------	------------------	------------------	------------------

LANCHE Tarde: 13:30		Maçã	Banana com Aveia	Melancia	Mamão
------------------------	--	------	------------------	----------	-------

JANTAR Tarde: 15:00		Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
		Macarrão	Arroz	Arroz	Macarrão
		Ervilha	Feijão	Feijão	Ervilha
		Carne Bovina	Filé de Sobrecoxa	Peito de Frango	Peito de Frango
		Beterraba	Escarola	Espinafre	Cenoura

Energia (kcal)		463	511	445	408
CHO (g)		69	85	66	56
PTN (g)		18	15	19	18
LPD (g)		13	13	12	13
Vit. A (mcg)		406	527	1931	470
Vit. C (mg)		40	42	38	79
Ca (mg)		265	287	286	274
Fe (mg)		5	5	6	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
457	69	18	12
	61%	15%	24%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
833	50	278	5


Cíntia 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; Os alimentos das papinhas devem ser amassados ou raspados; Todos os alimentos devem ser bem cozidos; Para esfriar a papinha deve se mexer com a colher, nunca soprar, começar a servir pelas bordas, pois esfriam antes; 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: CI - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: 07 A 11 MESES - PERÍODO INTEGRAL

MÊS E ANO: NOVEMBRO - DEZEMBRO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	27/11/2023	28/11/2023	29/11/2023	30/11/2023	01/12/2023
LANCHE Manhã: 08:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil

ALMOÇO Manhã: 10:00	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Carne Bovina	Peito de Frango	Ovo Cozido	Carne Bovina	Carne Bovina
	Repolho	Chuchu	Espinafre	Mandioquinha	Escarola

LANCHE Tarde: 12:00	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
------------------------	------------------	------------------	------------------	------------------	------------------

LANCHE Tarde: 13:30	Melão	Maçã	Banana com Aveia	Melancia	Mamão
------------------------	-------	------	------------------	----------	-------

JANTAR Tarde: 15:00	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:	Papinha de:
	Arroz	Macarrão	Fubá	Arroz	Macarrão
	Feijão	Ervilha	Feijão	Feijão	Ervilha
	Filé de Sobrecoxa	Carne Bovina	Peito de Frango	Filé de Sobrecoxa	Peito de Frango
	Abobrinha e Tomate	Batata e Cenoura	Tomate	Berinjela	Cenoura

Energia (kcal)	473	446	445	497	435
CHO (g)	79	65	65	86	62
PTN (g)	16	18	18	16	19
LPD (g)	12	13	13	12	13
Vit. A (mcg)	265	262	355	287	481
Vit. C (mg)	56	44	41	38	77
Ca (mg)	294	260	291	289	282
Fe (mg)	5	5	5	5	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
459	72	17	12
	61%	15%	24%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
330	51	283	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; Os alimentos das papinhas devem ser amassados ou raspados; Todos os alimentos devem ser bem cozidos; Para esfriar a papinha deve se mexer com a colher, nunca soprar, começar a servir pelas bordas, pois esfriam antes; Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.