



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 INTEGRAL  
MÊS E ANO: OUTUBRO 2024

### Semana de combate à Obesidade Infantil!

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 07/10/2024	TERÇA 08/10/2024	QUARTA 09/10/2024	QUINTA 10/10/2024	SEXTA 11/10/2024
LANCHE 1 06:50 - 08:00	Suplemento	Suplemento	Suplemento	Suplemento	logurte
	Biscoito	Biscoito	Biscoito	Biscoito	Flocos de Milho

LANCHE 2 09:30 - 10:00	Maçã	Melão	Banana	Maçã	Banana
---------------------------	------	-------	--------	------	--------

ALMOÇO 11:30 - 13:00	Arroz	Arroz	Arroz	Macarrão Integral com Almôndegas Bovina com Molho de Tomate e Manjeriçao	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão		Feijão
	Peito de Frango em Cubos com Batata e Tomate	Tilápia Empanada Assada	Sobrecoxa em Cubos com Cenoura e Vagem		Peito de Frango com Mandioca e Tomate
	Salada de Pepino	Salada de Repolho	Salada de Tomate	Salada Tropical (Acelga, Abacaxi, Manga e Tomate)	Salada de Fruta (Laranja, Banana, Maçã, Manga e Mamão)

LANCHE 3 14:30 - 16:00	Suplemento	Suplemento	Suco de Uva	Suplemento	Suco de Uva
	Biscoito	Bisnaguinha com Mussarela	Ovo Mexido	Biscoito	Pão Sírio com Frango Desfiado e Requeijão

Energia (kcal)	827	958	684	730	759
CHO (g)	144	144	112	125	151
PTN (g)	36	40	25	29	41
LPD (g)	12	22	15	14	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
792	135	34	14
	68%	17%	15%

Cinzia M. 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 INTEGRAL  
MÊS E ANO: OUTUBRO 2024

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	14/10/2024	15/10/2024	16/10/2024	17/10/2024	18/10/2024
LANCHE 1 06:50 - 08:00		Suplemento	Suplemento	Suplemento	Suplemento
		Biscoito	Biscoito	Biscoito	Biscoito

LANCHE 2 09:30 - 10:00		Maçã	Banana	Melancia	Mamão
---------------------------	--	------	--------	----------	-------

ALMOÇO 11:30 - 13:00	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 3 14:30 - 16:00		Suplemento	Suco	Suplemento	Suplemento
		Biscoito	Ovo Mexido	Bisnaguinha com Manteiga	Biscoito

Energia (kcal)		609	746	1034	813
CHO (g)		105	114	149	139
PTN (g)		24	33	41	37
LPD (g)		11	17	31	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
801	127	34	18
	63%	17%	20%

  
Cintia Cristiane 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.



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 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 1 06:50 - 08:00	Suplemento	Suplemento	Suplemento	Suplemento	Suplemento
	Biscoito	Biscoito	Biscoito	Biscoito	Biscoito


LANCHE 2 09:30 - 10:00	Melão	Maçã	Banana	Melancia	Mamão
---------------------------	-------	------	--------	----------	-------

ALMOÇO 11:30 - 13:00	Arroz	Macarrão <u>Integral</u> a Bolonesa com Manjericão (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 3 14:30 - 16:00	Suplemento	Suplemento	Suco	Suplemento	Suplemento
	Biscoito	Bisnaguinha com Requeijão Caseiro	Ovo Mexido	Bisnaguinha com Manteiga	Biscoito

Energia (kcal)	831	626	756	776	810
CHO (g)	133	103	118	130	139
PTN (g)	37	33	32	36	36
LPD (g)	17	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
760	124	35	13
	66%	18%	16%

  
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.



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 INTEGRAL  
MÊS E ANO: OUTUBRO - NOVEMBRO 2024

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	28/10/2024	29/10/2024	30/10/2024	31/10/2024	01/11/2024
LANCHE 1 06:50 - 08:00		Suplemento	Suplemento	Suplemento	Suplemento
		Biscoito	Biscoito	Biscoito	Biscoito

LANCHE 2 09:30 - 10:00		Maçã	Banana	Melancia	Mamão
---------------------------	--	------	--------	----------	-------

ALMOÇO 11:30 - 13:00	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 3 14:30 - 16:00		Suplemento	Suco	Suplemento	logurte
		Biscoito	Ovo Mexido	Bisnaguinha com Requeijão	Flocos de Milho

Energia (kcal)		846	744	1143	836
CHO (g)		146	113	144	161
PTN (g)		32	32	62	42
LPD (g)		15	17	35	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
892	141	42	19
	63%	18%	19%

  
Cintia Cristina 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.