



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: 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 1 06:50 - 08:00	Suplemento	Suplemento	logurte	Suplemento	Suplemento
	Biscoito	Biscoito	Biscoito	Biscoito	Pão de Queijo

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

ALMOÇO 11:30 - 13:00	Arroz	Macarrão Vegetal com Frango Desfiado, Tomate, Cenoura e Manjericão	Arroz	Arroz Integral	Arroz
	Feijão		Feijão	Feijão	Feijão
	Carne Bovina Moída Refogada	Salada de Repolho	Bife Bovino Acebolado	Caçarola (Sobrecoca com Mandioca, Cenoura, Molho de Tomate e Manjericão)	Carne em Cubos Refogada
	Salada de Berinjela		Salada de Couve		Salada de Acelga

LANCHE 3 14:30 - 16:00	Suplemento	Suplemento	Suplemento	Suplemento	Suco de Uva
	Pão Hot Dog com Frango Moído ao Molho de Tomate	Pão Hot Dog com Ovo Mexido	Bisnaguinha com Requeijão Caseiro	Pão Hot Dog com Carne Bovina Moída ao Molho de Tomate	Beirute (Pão Sírio com Frango Desfiado, Tomate e Alface)

Energia (kcal)	866	662	957	877	893
CHO (g)	144	114	161	154	139
PTN (g)	39	27	53	53	45
LPD (g)	14	12	19	12	24

Composição Nutricional (Média Semanal)				
Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	25
	55 a 65% do VET	10 a 15% do VET	a 35% do VET	
851	143	43	16	
	65%	19%	16%	

Cinia Cristiana da Silva
Nutricionista da Divisão de
Alimentação Escolar
CRN 14 140

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: NOVEMBRO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 13/11/2023	TERÇA 14/11/2023	QUARTA 15/11/2023	QUINTA 16/11/2023	SEXTA 17/11/2023
LANCHE 1 06:50 - 08:00	iogurte	Suplemento		Suplemento	Suplemento
	Biscoito	Biscoito		Biscoito	Biscoito


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

ALMOÇO 11:30 - 13:00	Arroz	Macarrão Integral a Bolonesa com Manjericão (Carne Bovina Moída)	FERIADO	Arroz	Arroz Integral
	Feijão			Feijão	Feijão
	Almôndegas de Frango com Molho de Tomate	Salada de Chuchu e Vagem		Carne em Flocos Acebolada	Caçarola (Peito de Frango, Mandioca, Abobrinha, Molho de Tomate e Manjericão)
	Polenta			Salada de Escarola	

LANCHE 3 14:30 - 16:00	Suplemento	Suplemento		Suplemento	Suplemento
	Pão Hot Dog com Carne Bovina Moída ao Molho de Tomate	Pão Hot Dog com Ovo Mexido		Bisnaguinha Integral com Requeijão Caseiro	Pão Hot Dog com Carne Bovina Moída com Cenoura

Energia (kcal)	715	700		940	733
CHO (g)	123	110		11	11
PTN (g)	43	34		53	45
LPD (g)	12	11		19	12

Composição Nutricional (Média Semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) a 35% do VET
772	128	44	13
	65%	21%	14%


Cintia Almeida da Silva
Nutricionista da Divisão de
Alimentação Escolar
021.17.140

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: NOVEMBRO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 20/11/2023	TERÇA 21/11/2023	QUARTA 22/11/2023	QUINTA 23/11/2023	SEXTA 24/11/2023
LANCHE 1 06:50 - 08:00		Suplemento	Suplemento	logurte	Suplemento
		Biscoito	Biscoito	Biscoito	Pão Hot Dog com Requeijão Caseiro

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

ALMOÇO 11:30 - 13:00	FERIADO	Macarrão Integral a Bolonhesa com Manjeriço (Carne Bovina Moída)	Arroz	Arroz	Arroz
			Feijão	Feijão	Feijão
			Sobrecoxa em Cubos Refogada	Fígado Bovino Acebolado	Bife Bovino à Rolê Cozido
		Salada de Beterraba	Salada de Escarola	Salada de Alface	Salada de Tomate

LANCHE 3 14:30 - 16:00		Suplemento	Suplemento	Suplemento	Suplemento
		Pão Hot Dog com Ovo Mexido	Bisnaguinha com Requeijão Caseiro	Pão Hot Dog com Carne Bovina Moída ao Molho de Tomate	Pão Hot Dog com Frango Desfiado com Cenoura

Energia (kcal)		1096	1014	799	1038
CHO (g)		194	165	142	166
PTN (g)		52	44	45	47
LPD (g)		15	20	12	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
987	166	47	17
	66%	19%	15%


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.



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: 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 1 06:50 - 08:00	logurte	Suplemento	Suplemento	Suplemento	Suplemento
	Biscoito	Biscoito	Biscoito	Biscoito	Bolo de Cenoura (Receita do Carlos)


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

ALMOÇO 11:30 - 13:00	Arroz	Macarrão Integral a Bolonesa com Manjericão (Carne Bovina Moída)	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão		Feijão	Feijão	Feijão
	Sobrecoxa Refogada com Abobrinha e Tomate	Salada de Batata, Cenoura e Ervilha	Tilápia Empanada Assada	Carne em Flocos Acebolada	Sobrecoxa Refogada
		Salada de Alface	Salada de Acelga	Salada de Repolho	

LANCHE 3 14:30 - 16:00	Suplemento	Suplemento	Suplemento	Suplemento	Suco de Uva
	Pão Hot Dog com Carne Bovina Moída ao Molho de Tomate	Pão Hot Dog com Frango Moído ao Molho de Tomate	Bisnaguinha com Requeijão Caseiro	Pão Hot Dog com Ovo Mexido	Pão ? com Frango Desfiado com Cenoura e Alface

Energia (kcal)	790	968	620	859	969
CHO (g)	136	186	117	146	161
PTN (g)	41	49	40	48	52
LPD (g)	15	13	11	16	21

Composição Nutricional (Média Semanal)				
Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
	55 a	10 a 15% do VET	a 35% do VET	25
	65% do VET			
841	149	46	15	
	68%	18%	14%	


Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de
Alimentação Escolar
CRN34 140

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020.