



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: EMES/EJA - ZONA RURAL E URBANA


FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 14 ANOS - PERÍODO NOTURNO

MÊS E ANO: FEVEREIRO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	06/02/2023	07/02/2023	08/02/2023	09/02/2023	10/02/2023
JANTAR Noite: 18:00 - 20:00	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz Integral	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Sobrecoca Refogada	Carne em Cubos Refogada com Mandioca	Tilápia Empanada Assada	Carne Bovina em Tiras Acebolada	Peito de Frango Refogado com Brócolis
	Salada de Abóbora e Chuchu			Batata Doce Assada	
	Maçã	Salada de Repolho	Salada de Escarola	Salada de Almeirão	Salada de Pepino
		Banana		Mamão	

Energia (kcal)	476	519	582	510	471
CHO (g)	78	76	91	71	74
PTN (g)	26	26	18	27	29
LPD (g)	7	12	13	13	7

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
512	79	25	10
	62%	20%	18%

  
**Ione Passos Leme**  
Nutricionista da Divisão de  
Alimentação Escolar  
CRN 52 601

  
**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: EMES/EJA - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 14 ANOS - PERÍODO NOTURNO

MÊS E ANO: FEVEREIRO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 13/02/2023	TERÇA 14/02/2023	QUARTA 15/02/2023	QUINTA 16/02/2023	SEXTA 17/02/2023
JANTAR Noite: 18:00 - 20:00	Arroz Integral	Macarrão ao Sugo com Manjerição	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão		Feijão	Feijão	Feijão
	Caçarola (Carne Bovina em Cubos com Batata Doce, Chuchu e Molho de Tomate)	Frango Moído Refogado	Fígado Bovino Acebolado	Sobrecoxa Refogada	Carne Bovina Moída Refogada
	Salada de Repolho	Salada de Cenoura, Tomate, Ervilha e Cebola	Batata Assada	Polenta	Couve Refogada
			Salada de Alface e Rúcula	Salada de Berinjela, Couve Flor, Tomate e Salsa	Salada de Acelga
		Maçã	Banana		Goiaba

Energia (kcal)	458	438	598	425	530
CHO (g)	61	72	102	55	77
PTN (g)	26	25	28	23	29
LPD (g)	12	7	10	12	13

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
490	73	26	96
	59%	21%	20%

  
**Ione Passos Leme**  
Nutricionista da Divisão de  
Alimentação Escolar  
CRN 52 601

  
**Cintia Cristiane da Silva**  
Nutricionista da Divisão de  
Alimentação Escolar  
CRN 34 148

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: EMES/EJA - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 14 ANOS - PERÍODO NOTURNO

MÊS E ANO: FEVEREIRO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	20/02/2023	21/02/2023	22/02/2023	23/02/2023	24/02/2023
JANTAR Noite: 18:00 - 20:00	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	REUNIÃO PEDAGÓGICA	Arroz	Beirute de Carne (Pão Sírio com Carne em Tiras, Mussarela, Alface e Tomate
				Feijão	
				Moqueca de Peixe (Peixe com Mandioca, Tomate, Pimentão e Cheiro Verde )	
				Salada de Beterraba	Suco de Uva
				Maçã	

Energia (kcal)			410	837
CHO (g)			65	116
PTN (g)			22	39
LPD (g)			6	25

Composição Nutricional (Média Semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) a 15% do VET	LPD (g) 25 a 35% do VET
623	90	30	15
	59%	21%	20%

  
**Ione Passos Leme**  
Nutricionista da Divisão de  
Alimentação Escolar  
CRN 52 001

  
**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: EMES/EJA - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 14 ANOS - PERÍODO NOTURNO


MÊS E ANO: FEVEREIRO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	27/02/2023	28/02/2023	01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023
JANTAR Noite: 18:00 - 20:00	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz Integral	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Sobrecoxa Refogada	Carne Bovina em Tiras Acebollada	Nuggets de Frango Assado	Carne Bovina Moída com Mandioca	Peito de Frango Refogado
	Salada de Beterraba	Salada de Repolho	Salada de Alface	Salada de Escarola	Salada de Acelga
	Maçã		Banana		Mamão

Energia (kcal)	496	428	606	517	471
CHO (g)	83	55	90	76	75
PTN (g)	27	25	10	26	27
LPD (g)	7	11	51	12	7

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
504	76	23	18
	60%	18%	31%

  
**Ione Passos Leme**  
Nutricionista da Divisão de  
Alimentação Escolar  
CRN 52 801

  
**Cintia Cristiane da Silva**  
Nutricionista da Divisão de  
Alimentação Escolar  
CRN 34 149

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