



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: MAIO 2025

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 05/05/2025	TERÇA 06/05/2025	QUARTA 07/05/2025	QUINTA 08/05/2025	SEXTA 09/05/2025
JANTAR Noite: 18:00 - 20:00	REUNIÃO	Nhoque à Bolonhesa com Manjericão (Carne Bovina Moída)	Arroz	Arroz	Arroz
			Feijão	Feijão	Feijão
		Salada de Batata, Cenoura e Vagem	Tilápia Empanada Assada	Carne em Cubos com Mandioca, Abobrinha e Tomate	Sobrecoxa em Cubos com Batata Doce
			Salada de Alface		Salada de Almeirão
		Maçã	Caqui	Banana	Mamão

Energia (kcal)		705	749	772	725
CHO (g)		90	119	141	118
PTN (g)		42	24	32	32
LPD (g)		18	15	11	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
738	117	32	14
	64%	18%	18%


Cintia Crismanda da Silva
Nutricionista da Divisão de
Alimentação Escolar
CRN 34.146

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



PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: EMES/EJA - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 14 ANOS - PERÍODO NOTURNO

MÊS E ANO: MAIO 2025

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 12/05/2025	TERÇA 13/05/2025	QUARTA 14/05/2025	QUINTA 15/05/2025	SEXTA 16/05/2025
JANTAR Noite: 18:00 - 20:00	Arroz	Sopa de Macarrão, Carne Bovina Cubos, Batata, Chuchu e Abobrinha	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão		Feijão	Feijão	Feijão
	Peito de Frango com Abóbora		Peixe com Mandioca, Cenoura e Tomate	Bife Bovino Acebolado	Sobrecoxa em Cubos com Mandioquinha
	Salada de Repolho		Salada de Alface	Salada de Escarola	Salada de Couve
	Ponkan	Maçã	Caqui	Banana	Mamão

Energia (kcal)	627	477	690	781	756
CHO (g)	103	78	127	130	122
PTN (g)	36	23	32	37	34
LPD (g)	7	8	7	13	15

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
666	112	32	10
	67%	19%	14%


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: MAIO 2025

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	19/05/2025	20/05/2025	21/05/2025	22/05/2025	23/05/2025
JANTAR Noite: 18:00 - 20:00	Arroz	Macarrão ao Sugo com Manjerição e Almôndegas Bovina	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão		Feijão	Feijão	Feijão
	Bife de Frango à Rolê Cozido	Salada de Cenoura e Chuchu	Fígado Bovino Acebolado	Carne em Cubos com Mandioca, Cenoura e Tomate	Peito de Frango com Batata
	Salada de Acelga		Salada de Alface		Salada de Couve
	Abacaxi		Caqui	Banana	Mamão

Energia (kcal)	626	480	731	816	677
CHO (g)	110	72	126	149	113
PTN (g)	31	19	36	32	38
LPD (g)	7	14	10	11	8

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
666	65	25	7
	62%	23%	15%


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: MAIO 2025

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	26/05/2025	27/05/2025	28/05/2025	29/05/2025	30/05/2025
JANTAR Noite: 18:00 - 20:00	Arroz	Sopa de Macarrão, Peito de Frango, Batata, Cenoura e Abobrinha	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão		Feijão	Feijão	Feijão
	Carne em Flocos Acebolada		Bife a Rolê Bovino Cozido	Sobrecoxa em Cubos com Batata Doce	Carne em Cubos com Mandioca, Chuchu e Tomate
	Salada de Beterraba		Salada de Alface	Salada de Escarola	
	Ponkan	Maçã	Caqui	Banana	Mamão

Energia (kcal)					
CHO (g)					
PTN (g)					
LPD (g)					

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
385	67	22	10
	60%	20%	20%


Cintia Cristina da Silva
Nutricionista SBC/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.