



ESTADO DO RIO DE JANEIRO
PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO PEDRO DA ALDEIA

GOVERNO MUNICIPAL
São Pedro da Aldeia
QUALIDADE DE VIDA PARA TODOS



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - SETOR DE NUTRIÇÃO (ALIMENTAÇÃO ESCOLAR)

CARDÁPIO CRECHE INTEGRAL

SEMANA 4 26/05 a 30/05	ALIMENTAÇÃO ESCOLAR				
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DIAS					
DESJEJUM	SUCO DE MORANGO (POLPA) BISCOITO MAISENA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ BISCOITO CREAM CRACKER	VITAMINA DE ABACATE	SUCO DE MANGA (POLPA) PÃO CARECA COM MANTEIGA	MINGAU DE TAPIOCA
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO OVOS COZIDOS ABÓBORA COZIDA	ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA POLENTA	ARROZ/FEIJÃO CARNE ENSOPADA ESPINAFRE REFOGADO	ARROZ/FEIJÃO ÍSCA DE FÍGADO PURÊ DE BATATA	MACARRÃO/FEIJÃO FRANGO ENSOPADO CENOURA REFOGADA
LANCHE	LEITE PÃO CARECA COM MANTEIGA	CANJICA	SUCO DE MELANCIA BISCOITO MAISENA	SUCO DE UVA INTEGRAL BISCOITO CREAM CRACKER	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO
JANTAR	ARROZ/FEIJÃO ÍSCA DE FRANGO BATATA COZIDA	ARROZ/FEIJÃO OVOS MEXIDOS COUVE REFOGADA	SOPA DE LEGUMES COM FRANGO	MACARRÃO/FEIJÃO CARNE DESFIADA ESPINAFRE REFOGADO	ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA PURÊ DE INHAME
SOBREMESA ALMOÇO/JANTAR	MAÇÃ	TANGERINA	PÊRA	BANANA	MELANCIA

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL /MÉDIA SEMANAL	ENERGIA (KCAL)	Macronutrientes			Micronutrientes			
		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	VIT.A(mcg)	VIT. C (g)	Ca (mg)	Fe (mg)
	1041,09	119,97	41,85	46,5	2418,69	52,78	280,58	5,7

Nota: A fruta indicada poderá ser substituída , caso não esteja madura , mas deverá ser servida durante a semana .

O estoque disponível (excedente) de legumes ou verduras poderá ser acrescentado em outras preparações para enriquecer o cardápio.

Mudanças poderão ocorrer, devido a sazonalidade de hortifrutis em geral durante o ano.

Solicitamos atenção redobrada com **espinhas e sementes**. Servir as proteínas **desfiadas** e as frutas em **pedaços pequenos**.

A manteiga não deve ser utilizada no preparo dos bolos- utilizar óleo de soja.

Atenção: Proibida a alteração do cardápio sem a autorização dos nutricionistas.

Rina HA.
ANNA RA SILVA CARVALHO ARAUJO
Mat.: 34.342