



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 1
05/05 a 09/05



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



DIAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM	LEITE BISCOITO MAISENA	MINGAU DE TAPIOCA	SUCO DE MANGA (POLPA) BISCOITO SALGADO	SUCO DE CAJU (POLPA) AIPIM COZIDO	VITAMINA DE ABACATE
ALMOÇO	MACARRÃO/FEIJÃO OVOS COZIDOS TOMATE	ARROZ/FEIJÃO FRANGO ENSOPADO CANJQUINHA	ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA POLENTA	ARROZ/FEIJÃO ÍSCA DE FRANGO ESPINAFRE REFOGADO	ARROZ/FEIJÃO CARNE DESFIADA PURÊ DE BATATA
LANCHE	MINGAU DE FUBÁ	LEITE BISCOITO ROSQUINHA	VITAMINA DE BANANA COM MAÇÃ	SUCO DE MELANCIA BISCOITO SALGADO	OVOS MEXIDOS
JANTAR	ARROZ/FEIJÃO FRANGO DESFIADO INHAME COZIDO	ARROZ/FEIJÃO ÍSCA DE CARNE CENOURA COZIDA	ARROZ/FEIJÃO OMELETE DE ESPINAFRE	SOPA DE LEGUMES COM CARNE	MACARRÃO/FEIJÃO CARNE MOÍDA VAGEM COZIDA
SOBREMESA	MAÇÃ	TANGERINA	MELANCIA	MAÇÃ	SALADA DE FRUTAS

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL /MÉDIA SEMANAL	ENERGIA (KCAL)	Macronutrientes			Micronutrientes			
		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	VIT.A(mcg)	VIT. C (g)	Ca (mg)	Fe (mg)
	1011,6	118,24	41,6	42,48	196,69	43,88	270,94	4,91

Ruina fl.
ANNA LIA SILVA CARVALHO ARAUJO
Rég. 34.342

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.