



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 EMESPP/APAE

SEMANA 2 12 a 16/05	 ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 				
DIAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM /LANCHE DA TARDE	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER	CANJICA	SUCO DE CAJU BATATA DOCE COZIDA	VITAMINA DE BANANA COM MAÇÃ	FERIADO
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO OVOS MEXIDOS BETERRABA RALADA	MACARRÃO/FEIJÃO CARNE MOÍDA CHUCHU COZIDO	ARROZ/FEIJÃO CARNE ENSOPADA CENOURA COZIDA	ESTROGONOFE DE FRANGO/FEIJÃO BATATA SAUTÉE	FERIADO
SOBREMESA	TANGERINA	MAMÃO	MAÇÃ	MELANCIA	FERIADO

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL /MÉDIA SEMANAL	Macronutrientes			
	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
	1047,36	131,3	41,81	41,27


AMANDA SILVA CARVALHO
Mat.: 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.

Para os alunos com dificuldade de deglutição não servir **farofa**, substituir por **legumes**.

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

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

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