



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 QUILOMBOLA

SEMANA 2
09 a 13/06



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



DIAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM /LANCHE DA TARDE	SUCO DE MANGA BISCOITO MAISENA	CANJICA	SUCO DE LARANJA BOLO SIMPLES	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA	SUCO DE MELANCIA PÃO CARECA COM QUEIJO MINAS
ALMOÇO	MACARRÃO/FEIJÃO OVOS COZIDOS SALADA DE TOMATE	ARROZ/FEIJÃO ÍSCA DE FRANGO CENOURA COZIDA	ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA PURE DE BATATA	ARROZ/FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE CARNE SALADA DE ALFACE E TOMATE	SOPA DE LEGUMES
SOBREMESA	MAÇÃ	PÊRA	ARROZ DOCE	MELANCIA	LARANJA

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL /MÉDIA SEMANAL	Macronutrientes			
	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
	1115,49	139,81	45,19	43,13

Anna da Silva Carvalho
ANNA DA SILVA CARVALHO AR
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.
Solicitamos atenção redobrada com **espigas e sementes**. Servir as proteínas **desfiadas** para a Educação Infantil.
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.