



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 3 16 a 20/06 | ALIMENTAÇÃO ESCOLAR | | | | |
|---------------------------|---|--|---|---------|---------|
| | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA |
| DIAS | | | | | |
| DESJEJUM /LANCHE DA TARDE | SUCO DE MORANGO PÃO DE FORMA COM MARGARINA | LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO MAISENA | SUCO DE LARANJA BISCOITO CREAM CRACKER | FERIADO | RECESSO |
| ALMOÇO | ARROZ/FEIJÃO OMELETE COM CENOURA | MACARRÃO/FEIJÃO FRANGO ENSOPADO SALADA DE TOMATE | ARROZ/FEIJÃO CARNE EM CUBOS AO MOLHO FAROFÁ | FERIADO | RECESSO |
| SOBREMESA | PÊRA | MAÇÃ | SALADA DE FRUTAS | FERIADO | RECESSO |

| COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL /MÉDIA SEMANAL | Macronutrientes | | | |
|---------------------------------------|-----------------|------------------|---------------|--------------|
| | Energia (Kcal) | Carboidratos (g) | Proteínas (g) | Lipídios (g) |
| | 1066,32 | 141,77 | 41,81 | 38,64 |

Rina fl
LARISSA SILVA CARVALHO ARI
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 **espinhas 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.