



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 4
23/06 a 27/06



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



DIAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM/LANCHE DA TARDE	SUCO DE MANGA BISCOITO MAISENA	SUCO DE CAJU BISCOITO CREAM CRACKER	MINGAU DE TAPIOCA COM CANELA	SUCO DE MELANCIA PÃO CARECA COM MARGARINA	LEITE AIPIM COZIDO
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO OVOS MEXIDOS SALADA DE TOMATE	ARROZ/FEIJÃO FRANGO EM CUBOS AO MOLHO POLENTA	MACARRÃO/FEIJÃO CARNE ENSOPADA ABOBRINHA REFOGADA	ARROZ/FEIJÃO ÍSCA DE FRANGO PURÊ DE BATATA	ARROZ/FEIJÃO LOMBO SUÍNO ASSADO COUVE REFOGADA
SOBREMESA	LARANJA	MAMÃO	MELANCIA	LARANJA	BANANA

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL /MÉDIA SEMANAL	Macronutrientes			
	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
	1050,4	134,2	38,61	35,25

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

Solicitamos atenção redobrada com **espínhas e sementes**. Servir as proteínas **desfiadas** para a Educação Infantil.

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

Áurea H.A.
ÁUREA SILVA CARVALHO ARAÚJO
Mat.: 34.342

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