



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 EDUCAÇÃO INFANTIL, FUNDAMENTAL I / II E EJA

SEMANA 1 30/06 a 04/07	ALIMENTAÇÃO ESCOLAR				
DIAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM /LANCHE DA TARDE	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER	MINGAU DE FUBÁ COM CANELA	SUCO DE CAJU BISCOITO MAISENA	CANJICA	SUCO DE MANGA BOLO SIMPLES
ALMOÇO	MACARRÃO/FEIJÃO OVOS COZIDOS SALADA DE TOMATE	ARROZ/FEIJÃO CARNE SECA ABÓBORA COZIDA	ARROZ/FEIJÃO COXA E SOBRECOXA ASSADA CANJQUINHA	ARROZ/FEIJÃO CARNE ENSOPADA (ALCATRA) ESPINAFRE REFOGADO	ARROZ/FEIJÃO ÍSCA DE FÍGADO PURÊ DE INHAME
SOBREMESA	PÊRA	LARANJA	BANANA	MAMÃO	MELANCIA

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL /MÉDIA SEMANAL	Macronutrientes			
	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
	1186,61	138,05	42,74	53,11

Luana J.A.
LARISSA DA SILVA CARVALHO ARAUJO
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**.

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.