



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 4 18/08 a 22/08	ALIMENTAÇÃO ESCOLAR				
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DIAS					
DESJEJUM /LANCHE DA TARDE	SUCO DE MANGA PÃO DE FORMA COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO MAISENA	MINGAU DE AVEIA	VITAMINA DE ABACATE BISCOITO CREAM CRACKER	SUCO DE CAJU BATATA DOCE COZIDA
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO OMELETE COM ABOBRINHA	ARROZ/FEIJÃO COXA E SOBRECOXA ENSOPADA POLENTA	MACARRÃO/FEIJÃO ÍSCA DE CARNE CENOURA COZIDA	ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA PURÊ DE BATATA	ARROZ/FEIJÃO LOMBO SUÍNO COUVE REFOGADA
SOBREMESA	MAÇÃ	MAMÃO	LARANJA	MELANCIA	BANANA

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL /MÉDIA SEMANAL	Macronutrientes			
	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
	1053,61	127,94	42,74	42,44

Ruina fl.
ARABEZA SILVA CARVALHO ARAUJ
Rég. 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.