



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
04/08 a 08/08



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



DIAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM /LANCHE DA TARDE	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DE FORMA COM MARGARINA	SUCO DE MELANCIA BOLO SIMPLES	MINGAU DE AVEIA	SUCO DE CAJU BATATA DOCE COZIDA	VITAMINA DE ABACATE
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO OMELETE COM CENOURA E TOMATE	ARROZ/FEIJÃO CARNE ASSADA ANGU	ARROZ/FEIJÃO ÍSCA DE LOMBO SUÍNO PURE DE ABÓBORA	ARROZ/FEIJÃO COXA E SOBRECOXA ASSADA COM BATATAS	MACARRÃO/FEIJÃO CARNE MOÍDA REPOLHO COZIDO
SOBREMESA	LARANJA	MAMÃO	MAÇÃ	TANGERINA	MELANCIA

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL /MÉDIA SEMANAL	Macronutrientes			
	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
	1051,41	123,15	45,1	43,2

Rivina
ANNA DA SILVA CARVALHO
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.