ESTADO DO RIO DE JANEIRO
PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO PEDRO DA ALDEIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - SETOR DE NUTRIÇÃO (ALIMENTAÇÃO ESCOLAR)

CARDÁPIO QUILOMBOLA

SEMANA 2
07 a 11/07

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

DIAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM /LANCHE DA TARDE	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO MAISENA	SUCO DE LIMÃO BISCOITO CREAM CRACKER	MINGAU DE FUBÁ	SUCO DE CAJU BOLO SIMPLES	VITAMINA DE ABACATE
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO OVOS MEXIDOS CHUCHU COZIDO	ARROZ/FEIJÃO CARNE ASSADA FAROFA	MACARRÃO/FEIJÃO CARNE MOÍDA BETERRABA COZIDA	ARROZ/FEIJÃO ÍSCA DE FRANGO SALADA DE ALFACE E TOMATE	SOPA DE LEGUMES COM FRANGO
SOBREMESA	LARANJA	MAMÃO	BANANA	SALADA DE FRUTAS	ARROZ DOCE

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL /MÉDIA SEMANAL	Macronutrientes			
	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)

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.