



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

CARDÁPIO CRECHE INTEGRAL

SEMANA 1
28/07 a 01/08



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



DIAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM	SUCO DE LARANJA BISCOITO CREAM CRACKER	LEITE COM CHOCOLATE PÃO CARECA COM QUEIJO MINAS	IOGURTE MAMÃO PICADO	CANJICA	VITAMINA DE BANANA COM MAÇÃ
ALMOÇO	MACARRÃO/FEIJÃO OVOS COZIDOS ABOBRINHA REFOGADA	ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA CANJIQUEINHA	ARROZ/FEIJÃO ÍSCA DE FRANGO ESPINAFRE REFOGADO	ARROZ/FEIJÃO JARDINEIRA DE CARNE COM BATATA E CENOURA	ARROZ/FEIJÃO Lombo Suíno COUVE REFOGADA
LANCHE	MINGAU DE AVEIA COM BANANA	SUCO DE UVA BISCOITO POLVILHO	VITAMINA DE ABACATE	SALADA DE FRUTAS	SUCO DE CAJU OVOS MEXIDOS
JANTAR	ARROZ/FEIJÃO FRANGO DESFIADO POLENTA	ARROZ/FEIJÃO ÍSCA DE FÍGADO ABOBRINHA REFOGADA	MACARRÃO/FEIJÃO CARNE MOÍDA CENOURA COZIDA	SOPA DE ERVILHA COM FRANGO	ARROZ/FEIJÃO CARNE DESFIADA PURÊ DE BATATA
SOBREMESA	MAÇÃ	LARANJA	BANANA	PERA	MELANCIA

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL /MÉDIA SEMANAL	ENERGIA (KCAL)	Macronutrientes			Micronutrientes			
		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	VIT.A(mcg)	VIT. C (g)	Ca (mg)	Fe (mg)
	1022,73	119,58	44,06	43,68	3904,16	61,68	301,49	5,76

Rúbia M.A.
RUBIA 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**. Servir as proteínas **desfiadas** e as frutas em **pedaços pequenos**.

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

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