



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 CRECHE INTEGRAL

SEMANA 1



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



DIAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM	VITAMINA DE MAÇÃ COM MAMÃO	SUCO (POLPA DE FRUTA) BISCOITO POLVILHO	SUCO (POLPA DE FRUTA) CUSCUZ COM OVOS MEXIDOS	LEITE QUENTE PÃO COM MANTEIGA	SUCO (POLPA DE FRUTA) BANANA PICADA COM LEITE EM PÓ
Atenção! Para o desjejum do berçário: Fórmula infantil e fruta (amassada, cozida ou raspada)					
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO JARDINEIRA DE CARNE MOÍDA COM CHUCHU E CENOURA	ARROZ/FEIJÃO ÍSCA DE FRANGO AO MOLHO BATATA SAUTÉE	ARROZ/FEIJÃO CARIOCA CARNE SECA COM ABÓBORA	ARROZ/TUTU DE FEIJÃO ÍSCA DE CARNE COUVE REFOGADA	MACARRÃO PARAFUSO/FEIJÃO OVOS COZIDOS CENOURA REFOGADA
LANCHE	SUCO DE MANGA BISCOITO CREAM CRACKER	SALADA DE FRUTAS	LEITE COM CACAU EM PÓ BOLO DE BANANA DA TERRA	IOGURTE NATURAL COM BANANA E MANGA	MINGAU DE TAPIOCA COM CANELA
Atenção! Para o lanche do berçário: Fórmula infantil e fruta (amassada, cozida ou raspada)					
JANTAR	ARROZ/FEIJÃO FRANGO DESFIADO POLENTA	ARROZ/CALDO DE FEIJÃO COM LEGUMES E CARNE	ARROZ/FEIJÃO ESCONDIDINHO DE BATATA COM FRANGO	ARROZ/FEIJÃO OMELETE DE FORNO COM SALSA E TOMATE PICADO	SOPA DE LEGUMES COM CARNE
SOBREMESA	MANGA	ABACAXI	MELÃO	MAMÃO	MAÇÃ

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL /MÉDIA SEMANAL	ENERGIA (KCAL)	Macronutrientes			Micronutrientes			
		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	VIT. A(mcg)	VIT. C (g)	Ca (mg)	Fe (mg)
	922,26	110,77	39,96	37,46	427,8	80,36	323,77	4,63

Rosina J.A.
LARISSA 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**. As frutas devem ser **bem picadas**.

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.