



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

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL, FUNDAMENTAL, EJA E EMESPP

SEMANA 1	ALIMENTAÇÃO ESCOLAR				
DIAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE	SUCO DE MELANCIA BISCOITO ROSQUINHA	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ PÃO COM MARGARINA	SUCO DE CAJU AIPIM COZIDO	FERIADO
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO JARDINEIRA DE CARNE MOÍDA E SOJA (CHUCHU,CENOURA)	ARROZ/FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO BATATA SAUTÉE	ARROZ/FEIJÃO CARIOLA CARNE SECA COM ABÓBORA	ARROZ/TUTU DE FEIJÃO ÍSCA DE CARNE COUVE REFOGADA	FERIADO
SOBREMESA	MAÇÃ		BANANA	MELÃO	FERIADO

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL /MÉDIA SEMANAL	Macronutrientes			
	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
	1094,2	139,69	41,89	42,32

*Rúbia F.L.A.*  
RÚBIA 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**.

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.**