

CARDÁPIO REDE E PRÉ ESCOLA (TURNO PARCIAL)

JUNHO 2019

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Leite achocolatado Biscoito Salgado Mamão VCT: 343,8 Proteína: 12,2 Lipídio: 11,9 Carboidrato:48,5	Arroz Feijão Peixe c/batatas (Apolinário) Sal. Couve flor Laranja Pré-Escola: Substituir o peixe por frango VCT: 611,3 Proteína: 41,4 Lipídio: 20,0 Carboidrato:67,5	Arroz primavera Feijão Ovo cozido Sal tomate/cebola Laranja VCT: 373,3 Proteína: 17,7 Lipídio: 9,5 Carboidrato:56,4	Macarrão c/ molho Feijão Salada tomate Laranja VCT: 447,4 Proteína 14,8 Lipídio: 8,9 Carboidrato:79,4	Vitamina banana c/achocolatado Biscoito doce VCT:351,6 Proteína: 10,4 Lipídio: 9,7 Carboidrato:58,94
Vitamina banana Biscoito doce Maçã VCT: 391,7 Proteína: 12,0 Lipídeo: 11,1 Carboidrato: 66,0	Arroz Feijão Carne c/batatas Salada beterraba Laranja VCT: 379,9 Proteína: 17,6 Lipídeo: 7,5 Carboidrato: 62,6	Arroz carreteiro Feijão Salada alface/tomate VCT: 548,6 Proteína: 25,4 Lipídeo: 7,9 Carboidrato: 94,4	Arroz c/couve Feijão Carne c/cenoura Sal tomate Laranja VCT: 387,7 Proteína: 22,0 Lipídeo: 12,1 Carboidrato: 48,9	Leite achocolatado Biscoito doce Banana VCT: 318,7 Proteína:9,9 Lipídeo: 8,7 Carboidrato: 53,6
Leite caramelizado Biscoito salgado Maçã VCT:345,4 Proteína: 10,8 Lipídeo: 11,2 Carboidrato: 52,8	Arroz Feijão Omelete de peixe (Sant´Ana) Salada tomate Pré Escola Substituir o peixe por queijo VCT:468,8 Proteína: 31,9 Lipídeo: 14,4 Carboidrato: 52,9	Arroz primavera Feijão Bolo de carne VCT: 372,9 Proteína: 21,7 Lipídeo: 9,9 Carboidrato: 49,7	Sopa de Legumes com ovos Frutas picadas (maçã, banana, laranja) VCT: 335,6 Proteína: 18,4 Lipídeo: 9,5 Carboidrato: 48,9	Vitamina Banana Biscoito salgado VCT: 378,0 Proteína: 12,5 Lipídeo: 12,1 Carboidrato: 121,6
Vitamina mamão Biscoito salgado Banana	Macarrão com carne Feijão Sal alface/tomate	Risoto de peixe Feijão Sal beterraba/ovo	Arroz c/couve Feijão Omelete legumes	Vitamina maçã Biscoito salgado Banana

Doe órgãos, doe sangue: Salve vidas!



Prefeitura Municipal
do RIO GRANDE
Aqui tem Governo Popular

Estado do Rio Grande do Sul
PREFEITURA MUNICIPAL DO RIO GRANDE
SECRETARIA DE MUNICÍPIO DA EDUCAÇÃO



<i>VCT: 339,5</i> <i>Proteína: 10,4</i> <i>Lipídeo: 9,5</i> <i>Carboidrato: 120,5</i>	Laranja <i>VCT: 438,0</i> <i>Proteína: 25,8</i> <i>Lipídeo: 9,7</i> <i>Carboidrato:61,8</i>	Laranja Pré-Escola: Substituir o peixe por frango <i>VCT: 481,2</i> <i>Proteína: 25,7</i> <i>Lipídeo: 7,8</i> <i>Carboidrato:78,7</i>	Sal alface/tomate Banana <i>VCT: 405,2</i> <i>Proteína: 16,0</i> <i>Lipídeo: 11,8</i> <i>Carboidrato:60,2</i>	<i>VCT: 349,4</i> <i>Proteína: 9,9</i> <i>Lipídeo: 9,4</i> <i>Carboidrato:123,7</i>
--	---	--	--	--

OBSERVAÇÕES:

Os cardápios devem ser impressos e fixados na área de preparo de alimentos.

Salientamos que as preparações descritas no cardápio devem ser executadas pela escola, pois são calculadas conforme as necessidades nutricionais dos alunos. Em caso de substituição, esta deverá ser feita por outra semelhante descrita em outro dia.

* Receitas no site da SMEd – Núcleo de Alimentação Escolar.

* VCT: Valor Calórico Total

Equipe Técnica de Alimentação Escolar