



CARDÁPIO REDE/EDUCAÇÃO INFANTIL (TURNO PARCIAL)

NOVEMBRO 2019

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Leite achocolatado Biscoito salgado Maçã VCT: 329,0 Proteína: 10,0 Lipídio: 10,2 Carboidrato: 145,6	Arroz c/couve Feijão Carne c/abóbora Sal. Alface/Tomate Laranja VCT: 515,2 Proteína: 23,1 Lipídio: 11,6 Carboidrato: 83,3	Arroz c/galinha Feijão Sal tomate Laranja VCT: 457,1 Proteína: 21,4 Lipídio: 7,8 Carboidrato: 77,9	Macarrão c/carne Feijão Sal rep/cen ralados Banana VCT: 493,4 Proteína 26,9 Lipídio: 10,0 Carboidrato: 75,6	Pizza c/molho Suco VCT: 509,7 Proteína: 12,8 Lipídio: 8,0 Carboidrato: 96,9
Vitamina banana Biscoito salgado Maçã VCT: 371,4 Proteína: 10,4 Lipídeo: 10,0 Carboidrato: 158,9	Arroz Feijão Carne suina c/cen. Sal tom/beterraba Laranja VCT: 479,4 Proteína: 25,8 Lipídeo: 11,3 Carboidrato: 71,1	Arroz Feijão Salada batata, cenoura e ovo Sal alface Maçã VCT: 449,7 Proteína: 17,8 Lipídeo: 9,3 Carboidrato: 76,4	Macarrão c/carne Feijão Sal. Tomate Banana VCT: 533,6 Proteína: 27,1 Lipídeo: 9,8 Carboidrato: 87,1	Leite achocolatado Biscoito doce Mamão VCT: 341,1 Proteína: 12,3 Lipídeo: 11,6 Carboidrato: 48,8
Leite Cuca (pronta) Banana VCT: 449,6 Proteína: 15,6 Lipídeo: 17,2 Carboidrato: 59,9	Arroz c/couve Feijão Omelete Sal tomate Laranja VCT: 449,2 Proteína: 16,8 Lipídeo: 12,1 Carboidrato: 71,4	Arroz Feijão Carne c/ batata, Sal brócolis/cenoura Banana VCT: 500,3 Proteína: 44,4 Lipídeo: 8,2 Carboidrato: 88,9	Arroz Feijão Frango c/molho Sal. Cen/ovo/TV Maçã VCT: 423,9 Proteína: 23,8 Lipídeo: 9,2 Carboidrato: 64,0	Suco Pizza VCT: 509,7 Proteína: 12,8 Lipídeo: 8,0 Carboidrato: 96,9
Leite caramelizado Biscoito doce Banana VCT: 322,3 Proteína: 9,4 Lipídeo: 8,5 Carboidrato: 56,0	Arroz c/galinha Feijão Sal tomate Banana VCT: 509,1 Proteína: 21,9 Lipídeo: 7,7 Carboidrato: 92,2	Arroz Feijão Carne c/batata Sal cen/ovo/tv VCT: 471,1 Proteína: 23,6 Lipídeo: 10,0 Carboidrato: 74,1	Risoto Feijão Sal beterraba c/ovo Maçã VCT: 512,3 Proteína: 25,9 Lipídeo: 9,2 Carboidrato: 83,5	Vitamina banana Biscoito salgado Laranja VCT: 361,4 Proteína: 10,9 Lipídeo: 10,2 Carboidrato: 155,4

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