



ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL
PREFEITURA MUNICIPAL DO RIO GRANDE
SECRETARIA DE MUNICÍPIO DA EDUCAÇÃO

CARDÁPIO REDE TURNO PARCIAL

SETEMBRO/2021

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Vitamina banana Maçã VCT: 341,6 Prot.: 11,7 Lip.: 10,9 Carb.: 53,8	Macarrão c/molho de frango Feijão Sal tomate VCT: 346,3 Prot.: 21,0 Lip.: 7,5 Carb.: 54,2	Arroz Feijão Omelete Sal alface/tomate Laranja VCT: 354,1 Prot.: 15,7 Lip.: 7,8 Carb.: 58,2	Arroz c/galinha Feijão Sal alface/tomate VCT: 333,2 Prot.: 18,3 Lip.: 7,9 Carb.: 55,7	Arroz Feijão Bolo de carne Sal tomate VCT: 379,1 Prot.: 22,7 Lip.: 9,6 Carb.: 52,2
Vitamina Maçã Biscoito salgado VCT. : 308,5 Prot.: 11,5 Lip.: 12,0 Carb.: 64,0	Risoto frango Feijão Couve refogada VCT: 360,1 Prot.: 21,6 Lip.: 8,1 Carb.: 54,9	Macarrão c/molho tomate Feijão Sal cenoura/repolho VCT: 346,7 Prot.: 14,1 Lip.: 7,9 Carb.: 63,7	Arroz Feijão Carne c/abóbora Sal tomate/alface Laranja VCT: 361,0 Prot.: 18,5 Lip.: 8,2 Carb.: 59,9	Arroz Feijão Sal batatas/frango Sal tomate VCT: 382,8 Prot.: 23,2 Lip.: 9,6 Carb.: 56,1
Mingau Banana VCT.: 387,7 Prot.: 11,9 Lip.: 10,5 Carb.: 63,5	Arroz enriquecido Feijão Omelete legumes Sal beterraba/ovos VCT: 387,8 Prot.: 19,0 Lip.: 9,1 Carb.: 58,4	Macarrão c/carne Feijão Sal couve-flor Laranja VCT: 447,7 Prot.: 25,8 Lip.: 8,0 Carb.: 69,5	Arroz Feijão Sal batata/cen/ovos Salada tomate Banana VCT: 427,5 Prot.: 16,9 Lip.: 7,6 Carb.: 77,0	Arroz c/galinha Feijão Sal couve flor Sal beterraba VCT: 358,8 Prot.: 19,1 Lip.: 7,8 Carb.: 59,4
Vitamina banana Biscoito doce VCT: 338,8 Prot.: 12,3 Lip.: 12,1	Sopão legumes e frango Banana VCT: 424,2 Prot.: 22,2	Arroz à carreteiro Feijão Sal beterraba/ovos VCT: 396,2 Prot.: 22,7	Macarrão c/molho feijão Sal alface/tomate Bergamota VCT: 367,5	Arroz c/couve Feijão Sal cen/ovo/TV VCT: 357,7 Prot.: 16,8

<i>Carb.: 48,7</i>	<i>Lip.: 7,5</i> <i>Carb.: 76,0</i>	<i>Lip.: 7,6</i> <i>Carb.: 59,8</i>	<i>Prot.: 14,4</i> <i>Lip.: 7,7</i> <i>Carb.: 69,2</i>	<i>Lip.: 7,6</i> <i>Carb.: 59,5</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.

Equipe Técnica de Alimentação Escolar