


 <p>ESTADO DO RIO DE JANEIRO PREFEITURA MUNICIPAL DE DUQUE DE CAXIAS SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO SUBSECRETARIA PEDAGÓGICA COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR</p>		FEVEREIRO		MARÇO		ABRIL		 Nutricionista: Cláudia Orsini CRN: 95100257 Mat.: 38778-9			
		01/02 a 05/02		01/03 a 05/03		12/04 a 16/04					
		15/02 a 19/02		15/03 a 19/03		26/04 a 30/04					
				29/03 a 02/04							
Cardápio Escola - 2021											
Modalidade de Ensino: Pré-Escolar (4 a 5 anos)											
1º TURNO											
Dias/Refeição/ Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira						
Desjejum 7h	Smothie de manga	Café com leite Biscoito cream cracker	Suco de Caju Pão de leite com ovos mexidos	Mingau de aveia	Creme de banana com canela						
Refeição 10h	Sufilê de ovo com legumes (abóbora e chuchu) Arroz Feijão Sobremesa: Maçã	Salpicão de frango (frango, cenoura, batata, tomate e cheiro verde) Arroz Feijão Sobremesa: Melancia	Ragu de carne com abobrinha Polenta Arroz Feijão Sobremesa: Banana	Escondidinho de frango com aipim Salada verde (alface e agrião) Arroz Feijão Sobremesa: Mamão	Churrasco de panela (frango e carne) Molho à campanha Batata doce Arroz Feijão Sobremesa: Maçã						
2º TURNO											
Dias/Refeição/ Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira						
Refeição 12h - 13h	Sufilê de ovo com legumes (abóbora e chuchu) Arroz Feijão Sobremesa: Maçã	Salpicão de frango (frango, cenoura, batata, tomate e cheiro verde) Arroz Feijão Sobremesa: Melancia	Ragu de carne com abobrinha Polenta Arroz Feijão Sobremesa: Banana	Escondidinho de frango com aipim Salada verde (alface e agrião) Arroz Feijão Sobremesa: Mamão	Churrasco de panela (frango e carne) Molho à campanha Batata doce assada Arroz Feijão Sobremesa: Maçã						
Lanche 15h - 16h	Smothie de manga	Café com leite Biscoito cream cracker	Suco de Caju Pão de leite com ovos mexidos	Mingau de aveia	Creme de banana com canela						
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)											
Energia (Kcal): 490,35											
CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRAS (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)	
66,91	26,14	23,22	6,29	124,42	27,08	29,72	3,62	90,97	3,12	478,08	

		ESTADO DO RIO DE JANEIRO PREFEITURA MUNICIPAL DE DUQUE DE CAXIAS SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO SUBSECRETARIA PEDAGÓGICA COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR				<table border="1"> <tr> <td>FEVEREIRO</td> <td>MARÇO</td> <td>ABRIL</td> </tr> <tr> <td>08/02 a 12/02 22/02 a 26/02</td> <td>08/03 a 12/03 22/03 a 26/03</td> <td>05/04 a 09/04 19/04 a 23/04</td> </tr> </table>		FEVEREIRO	MARÇO	ABRIL	08/02 a 12/02 22/02 a 26/02	08/03 a 12/03 22/03 a 26/03	05/04 a 09/04 19/04 a 23/04	 Nutricionista: Cláudia Orsini CRN: 95100257 Mat.: 38778-9	
FEVEREIRO	MARÇO	ABRIL													
08/02 a 12/02 22/02 a 26/02	08/03 a 12/03 22/03 a 26/03	05/04 a 09/04 19/04 a 23/04													
Cardápio Escola - 2021															
Modalidade de Ensino: Pré-Escolar (4 a 5 anos)															
1º TURNO															
Dias/Refeição/ Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira										
Desjejum 7h	Creme de milho	Frapê de uva	Leite enriquecido com banana e aveia	Suco de caju Sanduiche natural (queijo, alface e tomate)	Milk shake de maracujá										
Refeição 10h	Bobó de peixe Arroz com vagem Feijão Sobremesa: Melancia	Risoto caipira (Arroz, frango desfiado, cenoura, pimentão, cheiro verde) Abóbora refogada Feijão Sobremesa: Maçã	Ovos mexidos com espinafre Salada de tomate Batata sauté Arroz Feijão Sobremesa: Mamão	Coxa de frango assada Macarrão espaguete ao molho vermelho(cenoura e beterraba) Feijão Sobremesa: Banana	Feijão tropeiro Caponata de abobrinha (Abobrinha, Pimentão, cheiro verde) Arroz Sobremesa: Salada de frutas										
2º TURNO															
Dias/Refeição/ Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira										
Refeição 12h - 13h	Creme de milho	Frapê de uva	Leite enriquecido com banana e aveia	Suco de caju Sanduiche natural (queijo, alface e tomate)	Milk shake de maracujá										
	Bobó de peixe Arroz com vagem Feijão Sobremesa: Melancia	Risoto caipira (Arroz, frango desfiado, cenoura, pimentão, cheiro verde) Abóbora refogada Feijão Sobremesa: Maçã	Ovos mexidos com espinafre Salada de tomate Batata sauté Arroz Feijão Sobremesa: Mamão	Coxa de frango assada Macarrão espaguete ao molho vermelho(cenoura e beterraba) Feijão Sobremesa: Banana	Feijão tropeiro Caponata de abobrinha (Abobrinha, Pimentão, cheiro verde) Arroz Sobremesa: Salada de frutas										
Lanche 15h - 16h	Sobremesa: Melancia	Sobremesa: Maçã	Sobremesa: Mamão	Sobremesa: Banana	Sobremesa: Salada de frutas										
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)															
Energia (Kcal): 508,60															
CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRAS (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)					
75,45	26,43	14,08	7,13	116,66	18,57	265,19	3,86	92,29	2,49	427,14					