


		ESTADO DO RIO DE JANEIRO PREFEITURA MUNICIPAL DE DUQUE DE CAXIAS SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO SUBSECRETARIA PEDAGÓGICA COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR			Outubro 04/10 a 08/10 18/10 a 22/10		Novembro 01/11 a 05/11 15/11 a 19/11 29/11 a 03/12		Dezembro 13/12 a 17/12		 Nutricionista: Cláudia Orsini CRN: 95100257 Mat.: 38778-9	
Cardápio Creche - 2021 Modalidade de Ensino: Educação Infantil (1 a 3 anos)												
Dias/Refeição/ Horário	Segunda-Feira		Terça-Feira		Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-Feira			
Desjejum 7h	Maracujá ao leite Biscoito cream cracker		Milkshake de manga		Suco de acerola Pão com requeijão		Mingau de aveia		Suco de uva Ovos mexidos			
Refeição 10h	Torta de peixe Arroz com vagem Feijão Sobremesa: Melancia		Isclas de frango Espaguete ao sugo Feijão Sobremesa: Maçã		Omelete com espinafre Salada de beterraba e cenoura Arroz Feijão Sobremesa: Banana		Carne de panela com aipim Salada de alface e tomate Arroz Feijão Sobremesa: Melancia		Frango ensopado com batata Abobrinha refogada Arroz Feijão Sobremesa: Mamão			
Lanche 13h	Vitamina de mamão e banana		Iogurte		Mingau de milho		Frapê de uva		Danone de inhame com manga			
Jantar 16h	Frango ao molho Farofa de beterraba Arroz Feijão Sobremesa: Suco de caju		Carne desfiada com cenoura em cubos Arroz Feijão Sobremesa: Melancia		Strogonoff de frango nutritivo Arroz Feijão Sobremesa: Maçã		Canja (frango, arroz, batata e cenoura) Sobremesa: Banana		Carne ensopada com repolho Arroz Feijão Sobremesa: Salada de frutas			
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)												
Energia (Kcal): 787,14												
CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)					
101	47	22	120,22	79,89	341,23	4,59	653,34					

	ESTADO DO RIO DE JANEIRO PREFEITURA MUNICIPAL DE DUQUE DE CAXIAS SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO SUBSECRETARIA PEDAGÓGICA COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR	Outubro 11/10 a 15/10 25/10 a 29/10	Novembro 08/11 a 12/11 22/11 a 26/11	Dezembro 06/12 a 10/12	 Nutricionista: Cláudia Orsini CRN: 95100257 Mat.: 38778-9		
	Cardápio Creche - 2021 Modalidade de Ensino: Educação Infantil (1 a 5 anos)						
Dias/Refeição/ Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira		
Desjejum 7h	Frapê de maracujá	Leite com banana e aveia	Suco de acerola Pão com ovos	Mingau de milho	Suco de melancia Biscoito Cream Cracker com requeijão		
Refeição 10h	Fritada de legumes(pimentão, cebola,tomate e cenoura) Abobrinha refogada Arroz Feijão Sobremesa:Maçã	Bobó de frango Chuchu refogado Arroz Feijão Sobremesa:Melancia	Churrasquinho de carne Purê de abóbora Arroz Feijão Sobremesa: Banana	Frango ensopado com inhame Salada de tomate Macarrão parafuso ao sugo Feijão Sobremesa: Mamão	Carne assada Farofa de couve Arroz Feijão Sobremesa: Salada de frutas		
Lanche 13h	Panquequinha de banana	Sorvete de manga	logurte	Salada de frutas	Suco de caju Cookies		
Jantar 16h	Macarrão espaguete com carne desfiada Feijão Sobremesa: Suco de uva	Sopa de legumes com feijão e carne Sobremesa: Salada de frutas	Escondidinho de frango com aipim Arroz Feijão Sobremesa: Maçã	Peixe ensopado Arroz com brócolis Feijão Sobremesa: Melancia	Risotinho de frango colorido (frango,cenoura e vagem) Feijão Sobremesa: Maçã		
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)							
Energia (Kcal): 858,60							
CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
111	51	24	159,5	85,85	386,27	5,43	674,64