ESTADO DO RIO DE JANEIRO
PREFEITURA MUNICIPAL DE DUQUE DE CAXIAS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SUBSECRETARIA PEDAGÓGICA
COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

OUTUBRO	NOVEMBRO	DEZEMBRO
03/10 a 07/10	14/11 a 18/11	12/12 a 16/12
17/10 a 21/10	28/11 a 02/12	
31/10 a 04/11		

Nutricionista: Cláudia Orsini
CRN: 95100257
Mat.: 38778-9

Cardápio Escola - 2022

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	Leite caramelizado Biscoito cream cracker	Mingau de aveia	Leite enriquecido com banana Biscoito maisena	Smothie cremoso Pão com requeijão	Vitamina de frutas com aveia
Refeição 10h	Muffin de ovos (cebola,tomate e cheiro verde) Ratatouille (berinjela e abobrinha) Arroz Feijão Sobremesa: Melancia	Arroz carreteiro (carne, cenoura, tomate e pimentão) Legumes sautée Feijão Sobremesa: Banana	Strogonoff nutritivo de frango Batata doce ao alho Salada de Alface Arroz Feijão Sobremesa: Laranja	Cozido a moda escolar Arroz Feijão Sobremesa: Banana	Escondidinho de frango com aipim Refogado de legumes Arroz colorido (cenoura e cheiro verde) Feijão Sobremesa: Maçã

2º TURNO

Dias/Refeição/ Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Refeição 12h - 13h	Muffin de ovos (cebola,tomate e cheiro verde) Ratatouille (berinjela e abobrinha) Arroz Feijão Sobremesa: Melancia	Arroz carreteiro (carne, cenoura, tomate e pimentão) Legumes souteé Feijão Sobremesa: Banana	Strogonoff nutritivo de frango Batata doce ao alho Salada de Alface Arroz Feijão Sobremesa: Laranja	Cozido a moda escolar Arroz Feijão Sobremesa: Banana	Escondidinho de frango com aipim Refogado de legumes Arroz colorido (cenoura e cheiro verde) Feijão Sobremesa: Maçã
Lanche 15h - 16h	Leite caramelizado Biscoito cream cracker	Mingau de aveia	Leite enriquecido com banana Biscoito maisena	Smothie cremoso Pão com requeijão	Vitamina de frutas com aveia

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)

Energia (Kcal): 463,47

CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na(mg)
59	24	22	150,59	22,55	177,76	2,6	183,12

ESTADO DO RIO DE JANEIRO
PREFEITURA MUNICIPAL DE DUQUE DE CAXIAS

OUTUBRO	NOVEMBRO	DEZEMBRO

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SUBSECRETARIA PEDAGÓGICA
COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

10/10 a 14/10 24/10 a 28/10	07/11 a 11/11 21/11 a 25/11	05/12 a 09/12

Nutricionista: Cláudia Orsini
CRN: 95100257
Mat.: 38778-9

Cardápio Escola - 2022

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	Frapê gelado Biscoito rosquinha	Creme de banana	Suco de caju Pão com queijo	Shake nutritivo	Smoothie cremoso Biscoito cream cracker
Refeição 10h	Torta de peixe com purê de batata Arroz com abobrinha Feijão Sobremesa: Banana	Galinhada especial (frango, arroz, pimentão, tomate e cebola) Salada de legumes Feijão Sobremesa: Maçã	Omelete Brasil (ovos e couve) Inhame salteado no azeite Arroz com cenoura Feijão Sobremesa: Banana	Macarrão com carne ao sugo Berinjela refogada com tomate e vagem Feijão Sobremesa: Laranja	Salpicão de frango com legumes e maçã Aipim sautèe Arroz Feijão Sobremesa: Mamão

2º TURNO

Dias/Refeição/ Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Refeição 12h - 13h	Torta de peixe com purê de batata Arroz com abobrinha Feijão Sobremesa: Banana	Galinhada especial (frango, arroz, pimentão, tomate e cebola) Salada de legumes Feijão Sobremesa: Maçã	Omelete Brasil (ovos e couve) Inhame salteado no azeite Arroz com cenoura Feijão Sobremesa: Banana	Macarrão com carne ao sugo Berinjela refogada Feijão Sobremesa: Laranja	Salpicão de frango com legumes e maçã Aipim sautèe Arroz Feijão Sobremesa: Mamão
Lanche 15h - 16h	Frapê gelado Biscoito rosquinha	Creme de banana	Suco de caju Pão com queijo	Shake nutritivo	Smoothie cremoso Biscoito cream cracker

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)

Energia (Kcal): 429,48

CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na(mg)			
54	24	20	164,17	24,65	163,54	2,66	402,39			