



**PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO GRANDE DA SERRA**

Secretaria de Educação e Cultura

DAE – Departamento de Alimentação Escolar – março/2020

Maternal I e II (1/2 período) – Faixa Etária: 02 a 03/11 meses **LANCHE/REFEIÇÃO**

**PERÍODO MANHÃ**

Dia	1ª Semana	Lanche	Refeição: Almoço
02	Segunda-Feira	Leite Integral (Enriquecido c/ Ferro) c/ chocolate em pó <b>Biscoito Doce</b>	Arroz, Feijão, mandioquinha, salada de acelga e Carne Bovina. Melancia
03	Terça-Feira	Composto <b>Biscoito Salgado</b>	<b>Polenta c/ Carne Bovina Moída.</b> Banana
04	Quarta-Feira	Leite Integral (Enriquecido c/ Ferro) c/ chocolate em pó <b>Pão Bisnaguinha c/ Geleia</b>	Arroz, Feijão, beterraba cozida, salada de almeirão e Carne Bovina. Maçã
05	Quinta-Feira	Composto lácteo <b>Pão de Forma com Margarina</b>	Arroz, Feijão, abobrinha refogada, salada de escarola e Carne Bovina. Mamão
06	Sexta-Feira	Leite Integral (Enriquecido c/ Ferro) c/ chocolate em pó <b>Biscoito Rosquinha</b>	Arroz, Feijão, abóbora cozida, salada de almeirão e Frango. Melão

1ª Semana			
Informação Nutricional (média semanal)			
Energia (Kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Gordura Total (g)
469,90	21,08	75,53	9,55

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES: FRUTAS (MATURAÇÃO) – VERDURAS E LEGUMES (CONDIÇÕES CLIMÁTICAS)

Nutricionista - REGIANE DE OLIVEIRA ALVES – CRN 50835

Avenida Dom Pedro I, nº 487 – Centro – Rio Grande da Serra

Telefone – 4820-3214



**PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO GRANDE DA SERRA**

Secretaria de Educação e Cultura

DAE – Departamento de Alimentação Escolar – março/2020

Maternal I e II (1/2 período) – Faixa Etária: 02 a 03/11 meses **LANCHE/REFEIÇÃO**

**PERÍODO MANHÃ**

Dia	2ª Semana	Lanche	Refeição: Almoço
09	Segunda-Feira	Leite Integral (Enriquecido c/ Ferro) c/ chocolate em pó <b>Biscoito Doce</b>	Arroz, Feijão, abobrinha refogada, salada de alface e Frango. Abacaxi
10	Terça-Feira	Composto lácteo <b>Pão de Forma c/ Margarina</b>	Arroz, Feijão, mandioca cozida, salada de acelga e Carne Bovina. Melancia
11	Quarta-Feira	<b>Iogurte</b> <b>Bolinho individual s/ recheio</b>	Arroz, batata palha <b>Strogonoff de Frango</b> e salada de alface c/ tomate. Banana
12	Quinta-Feira	Composto lácteo <b>Pão Bisnaguinha c/ Requeijão</b>	Arroz, Feijão, berinjela cozida, salada de couve e Frango. Melão
13	Sexta-Feira	Leite Integral (Enriquecido c/ Ferro) c/ chocolate em pó <b>Biscoito Rosquinha</b>	Arroz, Feijão, abóbora cozida, salada de almeirão e Carne Bovina. Mamão

2ª Semana			
Informação Nutricional (média semanal)			
Energia (Kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Gordura Total (g)
503,21	20,14	75,87	13,20

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES: FRUTAS (MATURAÇÃO) – VERDURAS E LEGUMES (CONDIÇÕES CLIMÁTICAS)

Nutricionista - REGIANE DE OLIVEIRA ALVES – CRN 50835

Avenida Dom Pedro I, nº 487 – Centro – Rio Grande da Serra

Telefone – 4820-3214



**PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO GRANDE DA SERRA**

Secretaria de Educação e Cultura

DAE – Departamento de Alimentação Escolar – março/2020

Maternal I e II (1/2 período) – Faixa Etária: 02 a 03/11 meses **LANCHE/REFEIÇÃO**

**PERÍODO MANHÃ**

Dia	3ª Semana	Lanche	Refeição: Almoço
16	Segunda-Feira	Leite Integral (Enriquecido c/ Ferro) c/ chocolate em pó <b>Biscoito Doce</b>	Arroz, Feijão, abobrinha refogada, salada de alface e Frango. Abacaxi
17	Terça-Feira	Composto lácteo <b>Pão de Forma c/ Requeijão</b>	Arroz, Feijão, mandioca cozida, salada de acelga e Carne Bovina. Melancia
18	Quarta-Feira	<b>Leite Integral c/ cereal</b>	Arroz, <b>Feijão Branco</b> , cenoura cozida, salada de almeirão e Frango. Banana
19	Quinta-Feira	Leite Integral (Enriquecido c/ Ferro) c/ chocolate em pó <b>Pão Bisnaguinha c/ Geleia</b>	Arroz, Feijão, abobrinha refogada, salada de couve e Carne Bovina. Melancia
20	Sexta-Feira	Composto lácteo <b>Biscoito Rosquinha</b>	Arroz, Feijão, berinjela cozida, salada de escarola e Frango. Mamão

<b>3ª Semana</b>			
<b>Informação Nutricional (média semanal)</b>			
<b>Energia (Kcal)</b>	<b>Proteína (g)</b>	<b>Carboidrato (g)</b>	<b>Gordura Total (g)</b>
484,55	22,14	76,52	10,82

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES: FRUTAS (MATURAÇÃO) – VERDURAS E LEGUMES (CONDIÇÕES CLIMÁTICAS)

Nutricionista - REGIANE DE OLIVEIRA ALVES – CRN 50835

Avenida Dom Pedro I, nº 487 – Centro – Rio Grande da Serra

Telefone – 4820-3214



**PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO GRANDE DA SERRA**

Secretaria de Educação e Cultura

DAE – Departamento de Alimentação Escolar – março/2020

Maternal I e II (1/2 período) – Faixa Etária: 02 a 03/11 meses **LANCHE/REFEIÇÃO**

**PERÍODO MANHÃ**

Dia	4ª Semana	Lanche	Refeição: Almoço
23	Segunda-Feira	Leite Integral (Enriquecido c/ Ferro) c/ chocolate em pó <b>Biscoito Doce</b>	Arroz, Feijão, beterraba cozida, salada de acelga e Carne Bovina. Abacaxi
24	Terça-Feira	<b>Iogurte</b> <b>Pão de Forma c/ Margarina</b>	Arroz, feijão, purê de batata (feculento), <b>Peixe ao Molho</b> e salada de acelga. Mamão
25	Quarta-Feira	Leite Integral (Enriquecido c/ Ferro) c/ chocolate em pó <b>Biscoito Salgado</b>	Arroz, Feijão, cenoura cozida, salada de repolho e Frango. Maçã
26	Quinta-Feira	Composto lácteo <b>Pão Bisnaguinha c/ Requeijão</b>	Arroz, Feijão, abóbora cozida, salada de couve Carne Bovina. Melão
27	Sexta-Feira	Leite Integral (Enriquecido c/ Ferro) c/ chocolate em pó <b>Biscoito Rosquinha</b>	<b>DIA DO PARABÉNS</b> <b>Suco Natural</b> <b>Bolo de chocolate c/ doce de leite.</b> <b>Pão de hambúrguer c/ hambúrguer.</b>

<b>4ª Semana</b>			
<b>Informação Nutricional (média semanal)</b>			
<b>Energia (Kcal)</b>	<b>Proteína (g)</b>	<b>Carboidrato (g)</b>	<b>Gordura Total (g)</b>
524,83	21,46	77,20	14,83

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES: FRUTAS (MATURAÇÃO) – VERDURAS E LEGUMES (CONDIÇÕES CLIMÁTICAS)

Nutricionista - REGIANE DE OLIVEIRA ALVES – CRN 50835

Avenida Dom Pedro I, nº 487 – Centro – Rio Grande da Serra

Telefone – 4820-3214



**PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO GRANDE DA SERRA**

*Secretaria de Educação e Cultura*

**DAE – Departamento de Alimentação Escolar – março/2020**

Maternal I e II (1/2 período) – Faixa Etária: 02 a 03/11 meses **LANCHE/REFEIÇÃO**

Dia	5ª Semana	Lanche	Refeição: Almoço
30	Segunda-Feira	Leite Integral (Enriquecido c/ Ferro) c/ chocolate em pó <b>Biscoito Doce</b>	Arroz, Feijão, beterraba cozida, salada de acelga e Carne Bovina. Abacaxi
31	Terça-Feira	Leite Integral (Enriquecido c/ Ferro) c/ chocolate em pó <b>Pão de Forma c/ Margarina</b>	Arroz, Feijão, mandioquinha cozida, salada de alface e Carne Bovina. Melão

<b>5ª Semana</b>			
<b>Informação Nutricional (média semanal)</b>			
<b>Energia (Kcal)</b>	<b>Proteína (g)</b>	<b>Carboidrato (g)</b>	<b>Gordura Total (g)</b>
473,43	18,74	71,72	13,32

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES: FRUTAS (MATURAÇÃO) – VERDURAS E LEGUMES (CONDIÇÕES CLIMÁTICAS)

Nutricionista - REGIANE DE OLIVEIRA ALVES – CRN 50835

Avenida Dom Pedro I, nº 487 – Centro – Rio Grande da Serra

Telefone – 4820-3214



**PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO GRANDE DA SERRA**

Secretaria de Educação e Cultura

DAE – Departamento de Alimentação Escolar – março/2020

Maternal I e II (1/2 período) – Faixa Etária: 02 a 03/11 meses **LANCHE/REFEIÇÃO**

**PERÍODO TARDE**

Dia	1ª Semana	Lanche	Refeição: Jantar
02	Segunda-Feira	Leite Integral (Enriquecido c/ Ferro) c/ chocolate em pó	<b>Sopa:</b> Macarrão, batata, cenoura, repolho e Frango. Maçã
03	Terça-Feira	Composto lácteo	Arroz, Feijão, abobora cozida, salada de alface e Frango. Mamão
04	Quarta-Feira	Leite Integral (Enriquecido c/ Ferro) c/ chocolate em pó	<b>Canja:</b> Arroz, batata doce, chuchu, tomate e Frango. Melão
05	Quinta-Feira	Composto lácteo	<b>Sopa:</b> Macarrão, mandioquinha, cenoura, abobrinha, acelga e Carne Bovina. Melancia
06	Sexta-Feira	Leite Integral (Enriquecido c/ Ferro) c/ chocolate em pó	Arroz, feijão, purê de batata (feculento), <b>Peixe ao Molho</b> e salada de acelga. Banana

1ª Semana			
Informação Nutricional (média semanal)			
Energia (Kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Gordura Total (g)
332,06	15,05	52,61	6,20

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES: FRUTAS (MATURAÇÃO) – VERDURAS E LEGUMES (CONDIÇÕES CLIMÁTICAS)

Nutricionista - REGIANE DE OLIVEIRA ALVES – CRN 50835

Avenida Dom Pedro I, nº 487 – Centro – Rio Grande da Serra

Telefone – 4820-3214



**PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO GRANDE DA SERRA**

Secretaria de Educação e Cultura

DAE – Departamento de Alimentação Escolar – março/2020

Maternal I e II (1/2 período) – Faixa Etária: 02 a 03/11 meses **LANCHE/REFEIÇÃO**

**PERÍODO TARDE**

Dia	2ª Semana	Lanche	Refeição: Jantar
09	Segunda-Feira	Leite Integral (Enriquecido c/ Ferro) c/ chocolate em pó	Arroz, Feijão, salada de repolho com tomate e Carne Bovina. Melão
10	Terça-Feira	Composto lácteo	<b>Canja:</b> Arroz, batata, abóbora, abobrinha, repolho e Frango. Mamão
11	Quarta-Feira	<b>IOGURTE</b>	Arroz, Feijão, cenoura cozida, salada de escarola e Carne Bovina. Maçã
12	Quinta-Feira	Composto lácteo	<b>Sopa:</b> Macarrão, mandioquinha, cenoura, abobrinha, acelga e Carne Bovina. Melancia
13	Sexta-Feira	Leite Integral (Enriquecido c/ Ferro) c/ chocolate em pó	Macarrão com Almôndegas Banana

2ª Semana			
Informação Nutricional (média semanal)			
Energia (Kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Gordura Total (g)
340,58	15,39	54,80	6,81

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES: FRUTAS (MATURAÇÃO) – VERDURAS E LEGUMES (CONDIÇÕES CLIMÁTICAS)

Nutricionista - REGIANE DE OLIVEIRA ALVES – CRN 50835

Avenida Dom Pedro I, nº 487 – Centro – Rio Grande da Serra

Telefone – 4820-3214



**PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO GRANDE DA SERRA**

Secretaria de Educação e Cultura

DAE – Departamento de Alimentação Escolar – março/2020

Maternal I e II (1/2 período) – Faixa Etária: 02 a 03/11 meses **LANCHE/REFEIÇÃO**

**PERÍODO TARDE**

Dia	3ª Semana	Lanche	Refeição: Jantar
16	Segunda-Feira	Leite Integral (Enriquecido c/ Ferro) c/ chocolate em pó	Arroz, Feijão, salada de repolho com tomate e Carne Bovina. Melão
17	Terça-Feira	Composto lácteo	<b>Canja:</b> Arroz, batata, abóbora, abobrinha, repolho e Frango. Mamão
18	Quarta-Feira	Leite Integral (Enriquecido c/ Ferro) c/ chocolate em pó	Arroz, Feijão, mandioca cozida, salada de escarola e Carne Bovina. Maçã
19	Quinta-Feira	Composto lácteo	<b>Canja:</b> Arroz, batata doce, chuchu, tomate e Frango. Melão
20	Sexta-Feira	Leite Integral (Enriquecido c/ Ferro) c/ chocolate em pó	<b>Polenta c/ Carne Bovina Moída.</b> Banana

3ª Semana			
Informação Nutricional (média semanal)			
Energia (Kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Gordura Total (g)
342,43	15,21	55,29	6,53

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES: FRUTAS (MATURAÇÃO) – VERDURAS E LEGUMES (CONDIÇÕES CLIMÁTICAS)

Nutricionista - REGIANE DE OLIVEIRA ALVES – CRN 50835

Avenida Dom Pedro I, nº 487 – Centro – Rio Grande da Serra

Telefone – 4820-3214





**PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO GRANDE DA SERRA**

Secretaria de Educação e Cultura

DAE – Departamento de Alimentação Escolar – março/2020

Maternal I e II (1/2 período) – Faixa Etária: 02 a 03/11 meses **LANCHE/REFEIÇÃO**

**PERÍODO TARDE**

Dia	4ª Semana	Lanche	Refeição: Jantar
23	Segunda-Feira	Leite Integral (Enriquecido c/ Ferro) c/ chocolate em pó	Arroz, Feijão, berinjela cozida, salada de alface e Frango. Mamão
24	Terça-Feira	<b>Iogurte</b>	<b>Canja:</b> Arroz, batata, abóbora, abobrinha, repolho e Frango. Melancia
25	Quarta-Feira	Leite Integral (Enriquecido c/ Ferro) c/ chocolate em pó	Arroz, Feijão, abobrinha refogada, salada de almeirão e Carne Bovina. Maçã
26	Quinta-Feira	Composto lácteo	<b>Sopa:</b> Macarrão c/ caldo de feijão, inhame, cenoura e Frango. Banana
27	Sexta-Feira	Leite Integral (Enriquecido c/ Ferro) c/ chocolate em pó	<b>DIA DO PARABÉNS</b> <b>Suco Natural</b> <b>Bolo de chocolate c/ doce de leite.</b> <b>Pão de hambúrguer c/ hambúrguer.</b>

4ª Semana			
Informação Nutricional (média semanal)			
Energia (Kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Gordura Total (g)
864,55	29,43	131,02	25,67

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES: FRUTAS (MATURAÇÃO) – VERDURAS E LEGUMES (CONDIÇÕES CLIMÁTICAS)

Nutricionista - REGIANE DE OLIVEIRA ALVES – CRN 50835

Avenida Dom Pedro I, nº 487 – Centro – Rio Grande da Serra

Telefone – 4820-3214



**PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO GRANDE DA SERRA**

*Secretaria de Educação e Cultura*

DAE – Departamento de Alimentação Escolar – março/2020

Maternal I e II (1/2 período) – Faixa Etária: 02 a 03/11 meses **LANCHE/REFEIÇÃO**

**PERÍODO TARDE**

Dia	5ª Semana	Lanche	Refeição: Almoço
30	Segunda-Feira	Composto	Arroz, Feijão, berinjela cozida, salada de alface e Frango. Maçã
31	Terça-Feira	Leite Integral (Enriquecido c/ Ferro) c/ chocolate em pó	<b>Sopa:</b> Macarrão, batata, cenoura, repolho e Frango. Mamão

5ª Semana			
Informação Nutricional (média semanal)			
Energia (Kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Gordura Total (g)
147,57	7,29	23,60	2,54

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES: FRUTAS (MATURAÇÃO) – VERDURAS E LEGUMES (CONDIÇÕES CLIMÁTICAS)

Nutricionista - REGIANE DE OLIVEIRA ALVES – CRN 50835

Avenida Dom Pedro I, nº 487 – Centro – Rio Grande da Serra

Telefone – 4820-3214