

AGOSTO	SETEMBRO	
31/07 a 04/08	11/09 a 15/09	
14/08 a 18/08	25/09 a 29/09	
28/08 a 01/07		

Carollyne L. Moreira
Nutricionista: Carollyne L. Moreira
CRN: 19100653
Mat.: 382299

Cardápio Escola - 2023

Modalidade de Ensino: Ensino Fundamental II (11 a 15 anos)

Dias/Refeição/ Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Desjejum	Café com leite Biscoito maisena	Vitamina de frutas	Suco sabores Pão com requeijão	Smoothie cremoso	Creme vitaminado
Refeição	Torta de peixe com batata doce Arroz com cenoura Feijão Fruta	Caçarola de frango com abóbora Caponata de berinjela Arroz Feijão Salada de frutas	Omelete à florentina (ovo, espinafre, tomate, cebola) Legumes sauté Arroz Feijão Fruta	Ragu de carne com aipim Salada de abobrinha Arroz Feijão Fruta	Risoto de frango (tomate, pimentão e cheiro-verde) Salada de beterraba Feijão Fruta

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)	Energia (Kcal):	CHO (g)		PTN (g)		LPD (g)	
		55 a 65% do VET		10 a 15% do VET		25 a 35% do VET	
	939,81 kcal	135 g	57%	36g	15%	30 g	29%

Os cardápios poderão sofrer alterações em razão do abastecimento e sazonalidade, sendo necessária autorização prévia da nutricionista da Secretaria Municipal de Educação responsável pela unidade.

Horários da Alimentação Escolar

Desjejum – 7 horas
Refeições – 1º. Turno – 10 horas
2º. Turno – 13 horas
3º. Turno – 17 horas
4º. Turno – 19 horas



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

AGOSTO 07/08 a 11/08 21/08 a 25/08	SETEMBRO 04/09 a 08/09 18/09 a 22/09	
---	---	--

Carolayne L. Moreira
 Nutricionista: Carolayne L. Moreira
 CRN: 19100653
 Mat.: 382299

Cardápio Escola - 2023

Modalidade de Ensino: Ensino Fundamental II (11 a 15 anos)

Dias/Refeição/ Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Desjejum	Leite enriquecido com frutas	Mingau de aveia	Leite caramelizado Biscoito Cream Cracker	Suco sabores Pão com queijo	Milkshake de maracujá
Refeição	Sufê nutritivo (abobrinha, cenoura, tomate e pimentão) Arroz Feijão Fruta	Ensopadinho misto (tomate, pimentão e cheiro verde) Purê de batata doce Arroz Feijão Fruta	Frango à mineira (aipim e agrião) Angu Arroz Feijão Fruta	Yakisoba de carne (macarrão, carne, cenoura e brócolis) Abóbora cozida Feijão Fruta	Strogonoff nutritivo de frango Salada de tomate com cheiro verde Arroz Feijão Salada de frutas

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)	Energia (Kcal):	CHO (g)		PTN (g)		LPD (g)	
		55 a 65% do VET		10 a 15% do VET		25 a 35% do VET	
	1007,50 kcal	143g	57%	40g	16%	33g	29%

Os cardápios poderão sofrer alterações em razão do abastecimento e sazonalidade, sendo necessária autorização prévia da nutricionista da Secretaria Municipal de Educação responsável pela unidade.

Horários da Alimentação Escolar

Desjejum – 7 horas
 Refeições – 1º. Turno – 10 horas
 2º. Turno – 13 horas
 3º. Turno – 17 horas
 4º. Turno – 19 horas