



ESTADO DO RIO DE JANEIRO
MUNICÍPIO DE RIO DAS OSTRAS
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO, ESPORTE E LAZER

CÁLCULO DO VALOR NUTRICIONAL DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – CRECHE TIA DIDI – CRECHE MÁRCIA LUSTOSA MACHADO - PERÍODO PARCIAL (MANHÃ) – AGOSTO-2026													
Refeição	Horário	Creche II (1 ano a 1 ano, 11 meses e 29 dias)	03/08 - 2ªF		04/08- 3ªF		05/08 - 4ªF		06/08- 5ªF		07/08 - 6ªF		
Desjejum	7h45 - 8h45		Leite batido com banana prata e aveia (flocos finos) sem açúcar		Leite batido com banana prata e mamão sem açúcar Pão careca com manteiga		Mingau de fubá (com leite e adoçado com banana prata)		Suco de polpa de manga sem açúcar Pão de batata com queijo minas		Leite batido com banana prata e maçã sem açúcar Pão de milho com manteiga		
Almoço	9h45 - 8:45		Arroz Feijão preto Peixe desfiado ao molho de tomate e coentro (filé de pescada branca) Pirão		Arroz Feijão carioquinha Guisado de carne picado (músculo) Quibebe		Arroz com cenoura Feijão preto Frango desfiado ao molho com laranja (filé de coxa e sobrecoxa) Aipim refogado com cheiro verde		Macarrão ave Maria Feijão preto Bife de panela picado (coxão mole) Salada de alface e tomate picados		Arroz com cenoura Estrogonofe de frango (filé de peito desfiado com creme de inhame)		
			Suco de polpa de uva sem açúcar		Melão descascado e sem sementes cortado em cubos médios ou em forma de canoa		Melancia descascada, sem sementes e cortada em forma de triângulo		Pera sem cabinho e sem sementes cozida picada em cubos médios		Laranja lima descascada, cortada ao meio e sem caroços		
Média Semanal			Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Vitaminas		Minerais (mg)				
							A (µg)	C (mg)	Ca	Fe			
			297,03	40,71	15,80	8,17	92,25	15,04	149,70	1,46			
Percentual com Relação ao VET			100%	55 a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET							
RECOMENDAÇÃO			304,00	42 a 49	8 a 11	8 a 12	63	4,0	150	1,0			
(30% das necessidades diárias para alunos de 1 a 3 anos)													
Considerando a Resolução FNDE N° 06, de 08 de maio de 2020, art. 18, § 8º: “ É proibida a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, mel e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para as crianças até 3 anos de idade, conforme orientações do FNDE. ”													


Ana Paula F. Nogueirinha
Nutricionista - CRN-4: 96-1-00085-6
Matr 8570-7 - SEMEDE
Rio das Ostras - RJ


Érika P. M. Quintanilha
Nutricionista - CRN-4: 13100771
Matr 21980-0 - SEMEDE
Rio das Ostras - RJ


Flávia Fernandes Gomes
Nutricionista - CRN-4: 021003208
Matr 9293-2 - SEMEDE
Rio das Ostras - RJ


Jessika Candido
Nutricionista - CRN-4: 24100668
Matr 21825-1 - SEMEDE
Rio das Ostras - RJ


Juliana Pereira da Silva
Nutricionista - CRN-4: 16100819
Matr 18699-9 - SEMEDE
Rio das Ostras - RJ


Larissa de Souza Torregrosa
Nutricionista - CRN-4: 18100986
Matr 18563-9 - SEMEDE
Rio das Ostras - RJ


Roberta de Lemos Santos
Nutricionista - CRN-4: 12100485
Matr 17767-9 - SEMEDE
Rio das Ostras - RJ