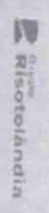


ESCOLA ENSINO ESPECIAL APAE - CARDÁPIO MARÇO/2024

DIETA PASTOSA



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	SEGUNDA 4/3/2024 Sopa de carne + mandioca + macarrão aletria + abóbora + chuchu + caldo de feijão + brócolis + laranja	TERÇA 5/3/2024 Sopa de frango + mandioca + macarrão aletria + mandioquinha + beterraba + cenoura + chuchu + espinafre + maçã	QUARTA 6/3/2024 Sopa de carne com batata inglesa + macarrão aletria + inhame + couve-flor + cenoura + couve + banana	QUINTA 7/3/2024 Sopa de frango + mandioca + macarrão aletria + abóbora + chuchu + caldo de feijão + agrião + manjão	SEXTA 8/3/2024 Sopa de carne + mandioca + macarrão aletria + mandioquinha + beterraba + cenoura + chuchu + escarola + melancia	KCAL 627 PRO 26 LIP 11	KCAL 647 PRO 26 LIP 11
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	SEGUNDA 11/3/2024 Sopa de frango + mandioca + macarrão aletria + abóbora + chuchu + caldo de feijão + agrião + maçã	TERÇA 12/3/2024 Sopa de carne + mandioca + macarrão aletria + mandioquinha + beterraba + cenoura + chuchu + escarola + laranja	QUARTA 13/3/2024 Sopa de frango + batata inglesa + macarrão aletria + inhame + couve-flor + cenoura + couve + melancia	QUINTA 14/3/2024 Sopa de carne + mandioca + macarrão aletria + abóbora + chuchu + caldo de feijão + brócolis + pera	SEXTA 15/3/2024 Sopa de frango + mandioca + macarrão aletria + mandioquinha + beterraba + cenoura + chuchu + espinafre + abacaxi	KCAL 653 PRO 29 LIP 11	KCAL 653 PRO 29 LIP 11
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	SEGUNDA 18/3/2024 Sopa de carne + mandioca + macarrão aletria + abóbora + chuchu + caldo de feijão + brócolis + maçã	TERÇA 19/3/2024 Sopa de frango + mandioca + macarrão aletria + mandioquinha + beterraba + cenoura + chuchu + espinafre + melão	QUARTA 20/3/2024 Sopa de carne com batata inglesa + macarrão aletria + inhame + couve-flor + cenoura + couve + laranja	QUINTA 21/3/2024 Sopa de frango + mandioca + macarrão aletria + abóbora + chuchu + caldo de feijão + agrião + banana	SEXTA 22/3/2024 Sopa de carne + mandioca + macarrão aletria + beterraba + cenoura + chuchu + escarola + laranja	KCAL 651 PRO 28 LIP 11	KCAL 651 PRO 28 LIP 11
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	SEGUNDA 25/3/2024 Sopa de frango + mandioca + macarrão aletria + abóbora + chuchu + caldo de feijão + agrião + melancia	TERÇA 26/3/2024 Sopa de carne + mandioca + macarrão aletria + mandioquinha + beterraba + cenoura + chuchu + escarola + maçã	QUARTA 27/3/2024 Sopa de frango + batata inglesa + macarrão aletria + inhame + couve-flor + cenoura + couve + manjão	QUINTA 28/3/2024 Sopa de carne + mandioca + macarrão aletria + abóbora + chuchu + caldo de feijão + brócolis + goiabada	SEXTA 29/3/2024 FERIADO	KCAL 712 PRO 21 LIP 10	KCAL 712 PRO 21 LIP 10
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	SEGUNDA 4/3/2024 Sopa de carne + mandioca + macarrão aletria + abóbora + chuchu + caldo de feijão + brócolis + laranja	TERÇA 5/3/2024 Sopa de frango + mandioca + macarrão aletria + mandioquinha + beterraba + cenoura + chuchu + espinafre + maçã	QUARTA 6/3/2024 Sopa de carne + mandioca + macarrão aletria + batata inglesa + macarrão aletria + inhame + couve-flor + cenoura + couve + manjão	QUINTA 7/3/2024 Sopa de carne + mandioca + macarrão aletria + abóbora + chuchu + caldo de feijão + brócolis + goiabada	SEXTA 8/3/2024 FERIADO	KCAL 627 PRO 26 LIP 11	KCAL 647 PRO 26 LIP 11

Patrícia dos Santos Alves Garcia

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente

Camille Conzento de Carvalho

Adelina Corina Costa Riedel  
CEN R 643  
Coordenadora Operacional

Amanda Galvão  
CDD R 1130  
Nutricionista Clínica Operacional

Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº781

Mat Funcional nº 1146 CRN 8º REGIÃO Nº2321

Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102







ESCOLA ENSINO ESPECIAL - APAE - CARDÁPIO MARÇO/2024



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE				
						KCAL	KCAL	KCAL	KCAL			
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h					Arroz, Feijão com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + laranja	LP	20	0	LP	15	0	
DESJEJUM 7:30H/8:00H					Iogurte de morango + salada de frutas (uva, laranja e mamão) com aveia	KCAL	163	KCAL	603	KCAL		
						CHO	165	0	CHO	61	0	
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h					Arroz, Feijão preto, Frango ao molho + salada de açafrão + melancia	PNH	41	0	PNH	39	0	
						LP	20	0	LP	15	0	
DESJEJUM 7:30H/8:00H	SEGUNDA 4/3/2024	TERÇA 6/3/2024	QUARTA 8/3/2024	QUINTA 7/3/2024	SEXTA 8/3/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE				
						KCAL	164	KCAL	461	KCAL		
DESJEJUM 7:30H/8:00H		Café com leite + pão integral + queijo/margarina	Chá com leite + biscoito salgado integral + laranja	Suco de morango + tortas de frango com legumes + banana	Vitamina de abacaxi e banana + biscoito doce integral	Lente com banana + Bolo cenoura sem cobertura	KCAL	161	KCAL	71	0	
							CHO	61	0	CHO	71	0
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h		Macarrão com molho de carne moída + salada de açafrão + laranja	Arroz, Feijão caraca, Frango assado (sobrecoca) + creme de milho + maçã	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho + pitão do molho de peixe + salada de açafrão	Arroz, Feijão caraca, Frango ao molho com legumes (cenoura e chuchu) + salada de beterraba + mamão	Arroz colorido, Feijão preto + Quipe assado + salada repolho + melancia	PNH	29	0	PNH	25	0
							LP	18	0	LP	12	0
DESJEJUM 7:30H/8:00H	SEGUNDA 11/3/2024	TERÇA 12/3/2024	QUARTA 13/3/2024	QUINTA 14/3/2024	SEXTA 15/3/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE				
						KCAL	705	KCAL	469	KCAL		
DESJEJUM 7:30H/8:00H		Leite com mamão + biscoito polvilho salgado	Suco de abacaxi natural + pão de leite hot dog com ovo + maçã	Café com leite + pão de queijo	Suco maracujá + pão frito integral com requeijão + mamão	Café com leite + bolo de laranja	KCAL	164	KCAL	71	0	
							CHO	64	0	CHO	71	0
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h		Arroz, Feijão preto, Frango (sassarim) ao molho + salada de açafrão + maçã	Arroz, Feijão caraca, Carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + laranja	Arroz integral, Feijão preto, Frango (sassarim) grelhado + salada de repolho + melancia	Arroz, Feijão caraca, Bolinho de carne ao molho + salada de açafrão + salada de brócolis + abacaxi	Arroz, Feijão preto, Sobrecoca ao molho com cenoura + salada de brócolis + abacaxi	PNH	32	0	PNH	25	0
							LP	21	0	LP	12	0
DESJEJUM 7:30H/8:00H	SEGUNDA 18/3/2024	TERÇA 19/3/2024	QUARTA 20/3/2024	QUINTA 21/3/2024	SEXTA 22/3/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE				
						KCAL	167	KCAL	467	KCAL		
DESJEJUM 7:30H/8:00H		Chá com leite + pão integral + manteiga	Suco integral de maçã + bolo de lúva + maçã	Suco integral de uva, sanduíche de pão de leite hot dog + queijo + tomate + açafrão	Iogurte morango + biscoito doce integral + banana	Café com leite + biscoito salgado integral + laranja	KCAL	103	KCAL	66	0	
							CHO	103	0	CHO	66	0
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h		Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de açafrão + maçã	Arroz, Feijão caraca, Omelete assado + legumes refogados (abóbora e chuchu) + melão	Arroz colorido, Feijão caraca, Peixe ao molho + pitão do molho de peixe + salada de açafrão	Suco de maracujá + Pão de leite com ovo mexido, açafrão, cenoura ralada + bolo de laranja		PNH	25	0	PNH	21	0
							LP	16	0	LP	11	0
DESJEJUM 7:30H/8:00H	SEGUNDA 25/3/2024	TERÇA 26/3/2024	QUARTA 27/3/2024	QUINTA 28/3/2024	SEXTA 29/3/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE				
						KCAL	159	KCAL	155	KCAL		
DESJEJUM 7:30H/8:00H		Café com leite + biscoito salgado integral + maçã	Suco de morango + tortas de frango com legumes	Lente com cacau (70%) + pão integral com requeijão + laranja	Lente com mamão + biscoito de polvilho salgado	FERIADO	KCAL	159	KCAL	155	0	
							CHO	159	0	CHO	155	0
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h		Arroz, Feijão caraca, Frango ao molho + jardineira de legumes (brócolis + couve-flor-cenoura) + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura) + salada de açafrão + maçã	Arroz, Feijão caraca, Ovos mexidos + abóbora refogada + mamão	Suco de abacaxi natural + Pão de leite com carne moída, açafrão, cenoura ralada + bolo de chocolate + pipoca salgada		PNH	20	0	PNH	19	0
							LP	20	0	LP	13	0

PM

Patricia dos Santos Alves Garcia

Ligia Marica Toledo Faria Vicente

Camille Consentino de Carvalho

Ediane Carneiro de Souza  
CRN 3.630

Anamaria Gubina  
CRN 3.1191

Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781

Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321

Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

Coordenadora Operacional

Supervisora de Atividades Operacionais