





APLV + SEM SOJA

	SEGUNDA 18/12/2023	TERÇA 19/12/2023	QUARTA 20/12/2023	QUINTA 21/12/2023	SEXTA 22/12/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL DIÁRIO		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL DIÁRIO	
						KCAL	531	Kcal	534
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho sem leite sem soja + melancia	Vitamina de mamão e maçã com aveia com leite vegetal sem soja	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca sem leite sem soja + maçã			CHO	95	9	98
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz integral, Feijão carioca, Carne moída ao molho, batata refogada + rúcula + salada de pepino c/ tomate + melão	Arroz, Feijão preto, Frango (sassam) ao molho, salada de alface + laranja			PTN	15	9	13
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de abacaxi natural+ pizza de tapioca sem leite sem soja + laranja picada	Leite vegetal sem soja com mamão + tapioca de coco	Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho sem leite sem soja + melancia			LP	9	9	10
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de repolho + melão	Sopa de frango + mandioca + baterraba + abobrinha + espinafre + laranja	Purê de batata sem leite + carne moída ao molho + escarola + salada de vagem c/ cabola			FERRO	3	Mg	4
	SEGUNDA 26/12/2023	TERÇA 26/12/2023	QUARTA 27/12/2023	QUINTA 28/12/2023	SEXTA 29/12/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL DIÁRIO		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL DIÁRIO	
Desjejum 7:30H/8:00H						KCAL		Kcal	
Almoço 10:30H/11:00H						CHO	9	CHO	9
Lanche 14:00H/14:30H						PTN	9	PTN	9
Jantar 16:00H/16:30H						LP	9	LP	9
						CALCIO	Mg	CALCIO	Mg
						FERRO	Mg	FERRO	Mg
						VITAMINA A	297	VITAMINA A	163
						VITAMINA C	61	VITAMINA C	53

Observações: Somente adicionar leite vegetal quando descrito no cardápio. Não utilizar leite de soja.

CMEI  
ANITA CAVALLE RABY

ALUNO  
LUCAS REIS GONÇALVES

 Patricia dos Santos Alves Garcia  
 Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781  
 Ligia Marcia Toledo Faria Vicente  
 Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321  
 Camile Consentino de Carvalho  
 Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102  
 Lidiane Correa Costa Sordika  
 CRN 8 6393 Coordenadora Operacional  
 Amanda Garvão  
 CRN 8 11301 Nutricionista Coordenadora Operacional