

APLV + SEM CORANTE

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
DESJEJUM 7:30H/8:00H						KCAL 295 CHO 49 PTN 9 LIP 7	KCAL 317 CHO 55 PTN 19 LIP 9
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h					Arroz, Feijão carioca, Carne bovina ao molho com mandioca, salada de alface + maçã	PTN 9 LIP 7	PTN 19 LIP 9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
4/12/2023	6/12/2023	6/12/2023	7/12/2023	8/12/2023		KCAL 429 CHO 69 PTN 18 LIP 9	KCAL 518 CHO 85 PTN 22 LIP 10
DESJEJUM 7:30H/8:00H + Vitamina de frutas mamão e maçã com leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite	Suco maracujá + pão fatiado integral s/ leite com creme vegetal + maçã	Arroz, Feijão com cubos de carne bovina, farofa cenoura + laranja	Arroz integral, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (vagem e cenoura), salada de beterraba + amexa	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pão do molho de peixe, salada de alface	Suco de maracujá + Pão s/ leite com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate s/ leite	PTN 18 LIP 9	PTN 22 LIP 9
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa), cenoura e milho refogados + maçã	Arroz, Feijão com cubos de carne bovina, farofa cenoura + laranja	Arroz integral, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (vagem e cenoura), salada de beterraba + amexa	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pão do molho de peixe, salada de alface	Suco de maracujá + Pão s/ leite com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate s/ leite	PTN 18 LIP 9	PTN 22 LIP 9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	16/12/2023		KCAL 469 CHO 76 PTN 19 LIP 9	KCAL 618 CHO 91 PTN 23 LIP 18
DESJEJUM 7:30H/8:00H	logure vegano de coco + salada de frutas (melão, mamão e laranja) com aveia	Leite vegetal mamão + Bolo cenoura sem cobertura s/ leite + melão	Suco de morango + torta de legumes com aveia s/ leite + maçã	Chá com leite vegetal + pão integral s/ leite + creme vegetal	logure vegano sabor coco + biscoito doce integral s/ leite + banana	PTN 19 LIP 9	PTN 23 LIP 18
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão carioca, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + melancia	Arroz, Feijão carioca, Carne moída com legumes (chuchu e cenoura), salada de alface + mamão	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, couve flor e cenoura) + maçã	Arroz, Feijão carioca, Bolo de carne ao molho, salada azeite + manga	PTN 19 LIP 9	PTN 23 LIP 18
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023		KCAL 438 CHO 76 PTN 17 LIP 10	KCAL 599 CHO 95 PTN 21 LIP 15
DESJEJUM 7:30H/8:00H	Café com leite vegetal + biscoito polvilho s/ leite + melancia	Suco integral de laranja + sanduíche de pão fatiado s/ leite c/ frango desfiado + tomate + alface	Café com leite vegetal + pão integral s/ leite + carne desfiada	Café com leite vegetal + pão integral s/ leite + melancia		PTN 17 LIP 10	PTN 21 LIP 15
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão preto, Frango (salsam) grelhado, salada de azeite + maçã	Arroz integral, Feijão carioca, Carne moída ao molho, polenta, salada de pepino c/ tomate + melão	Arroz, Feijão preto, Frango (salsam) ao molho, salada de alface + laranja			PTN 17 LIP 10	PTN 21 LIP 15
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
26/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023		KCAL 429 CHO 69 PTN 18 LIP 9	KCAL 518 CHO 85 PTN 22 LIP 10
DESJEJUM 7:30H/8:00H						PTN 18 LIP 9	PTN 22 LIP 10
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h						PTN 18 LIP 9	PTN 22 LIP 10

Observações: Não utilizar molho/extrato de tomate. Somente tomate in natura.

ESCOLA
APAE

ALUNO
MARIA ISABELY DOS SANTOS VAZ

Partícia dos Santos Alves Garcia

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente

Camile Consentino de Carvalho

Letícia Corrêa Costa Suelita
CRN 8.6103
Coordenadora Operacional

Ananias Galvão
CRN 9.11.901
Nutricionista Coordenadora Operacional

Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781

Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321

Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102