

Observações:	
CMEI	ALUNO

	SEGUNDA 23/10/2023	TERÇA 24/10/2023	QUARTA 25/10/2023	QUINTA 26/10/2023	SEXTA 27/10/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TAMBÉ
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite + pão fatiado manteiga	Café com leite + biscoito polvilho + laranja	Iogurte de coco + salada de frutas (melão, mamão e morango) com aveia	Vitamina de abacate e banana + biscoito doce integral	Suco de Maracujá + Pão de leite c/ frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de laranja	KCAL 739,25 CHO 112,54 PTN 26,01 LP 20,45	KCAL 695,22 CHO 99,21 PTN 21,54 LP 19,98
Almogo 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + laranja	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída) + salada repolho com tomate + melão	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz integral, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de beterraba + melancia	Macarrão com molho de carne moída + salada de couve flor + maçã	PTN 26,01 LP 20,45	PTN 21,54 LP 19,98
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite + biscoito polvilho salgado + maçã	Suco de maracujá + pão integral com requeijão	Leite com cacau (70%) + pão integral com manteiga	Iogurte de coco + Salada de frutas (mamão, melão, morango) com aveia	Suco de Maracujá + Pão de leite c/ frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de laranja	CALCIO 463,25 FERRO 5,14	CALCIO 503,25 FERRO 4,95
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de acelga + melancia	Sopa de frango + mandioca+ beterraba+ abobrinha + laranja	Quirera + carne moída ao molho + abobrinha relogada + maçã	Purê de batatas + frango ao molho + salada de tomate	Polenta + frango ao molho + salada de acelga + melão	VITAMINA A 495,25 VITAMINA C 47,54	VITAMINA A 495,25 VITAMINA C 56,25
	SEGUNDA 30/10/2023	TERÇA 31/10/2023	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TAMBÉ
Desjejum 7:30H/8:00H	Leite com cacau (70%) + pão fatiado com manteiga	Café com Leite+ pão com margarina e queijo				KCAL 808,69 CHO 132,58 PTN 23,58 LP 20,45	KCAL 691,73 CHO 100,54 PTN 26,58 LP 19,25
Almogo 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de cenoura + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) ao molho, salada de alface + laranja				LIP 20,45 CALCIO 397,48 FERRO 5,09	LIP 19,25 CALCIO 421,58 FERRO 6,25
Lanche 14:00H/14:30H	Suco morango + torta de legumes com aveia + laranja	Vitamina de maçã e mamão + biscoito doce integral				VITAMINA A 569,12 VITAMINA C 46,25	VITAMINA A 394,25 VITAMINA C 41,25
Jantar 16:00H/16:30H	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + maçã	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de abobrinha + melão					

Patricia dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º
REGIÃO Nº1781

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º
REGIÃO Nº2321

Camille Consentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º
REGIÃO Nº1102

Lidiane Garcia Costa Siqueira
CRN 8 6303
Coordenação Operacional

Amara Galvão
CRN 8 11391
Nutricionista Controlador Operacional