

		SEGUNDA 21/10/2023		TERÇA 31/10/2023		QUARTA 4/10/2023		QUINTA 5/10/2023		SEXTA 6/10/2023		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL, MÍNIMO		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL, MÁXIMO			
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite + biscoito salgado integral + melancia	Café com leite + bolo de laranja	logurte morango+ biscoito doce integral + banana	Suco integral de maçã+ bolo de fubá + laranja	Vitamina de mamão e maçã + biscoito doce integral	KCAL	751,06	Kcal	KCAL	719,30	Kcal	CHO	121,32	g	CHO	106,05	g
Almôço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Carne ao molho + quireira + salada debrerraba + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho com legumes (abóbora e vagem) + salada de acelga + laranja	Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis	Arroz, Feijão preto, Omelete assado, cenoura e couve flor refogados + manga	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alicace	PTN	26,15	g	PTN	23,46	g	LP	19,02	g	LP	21,48	g
Lanche 14:00H/14:30H	Canjica + melão	Chá com leite + biscoito saigado integral + maçã	Suco integral de maçã + bolo de fubá + laranja	logurte de morango + biscoito doce integral + banana	Café com leite + pão integral + queijo/margarina	CALCO	466,02	Mg	CALCO	396,02	Mg	FERRO	5,18	Mg	FERRO	6,85	Mg
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de frango + mandioca+ beirerraba+ abobrinha + laranja	Polenta com almondegas ao molho + salada de beirerraba	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rucula + salada de tomate + manga	Quireira + carne moída ao molho + abobrinha refogada + melancia	Macarrão com frango + Legumes refogados (brócolis e couve flor) + maçã	VITAMINA A	506,02	Mg	VITAMINA A	602,15	Mg	VITAMINA C	49,05	Mg	VITAMINA C	59,64	Mg
SEGUNDA 9/10/2023		TERÇA 10/10/2023		QUARTA 11/10/2023		QUINTA 12/10/2023		SEXTA 13/10/2023		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL, MÍNIMO		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL, MÁXIMO					
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural+ pão com ovo + melancia	Café com leite + pão de queijo	Suco integral de uva + Sanduiche de pão fatiado c/ queijo, tomate, alicace + Pipoca + Bolo de chocolate	FERIADO		KCAL	750,22	Kcal	KCAL	720,53	Kcal	CHO	118,07	g	CHO	105,87	g
Almôço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana + salada tomate e cebola + laranja	Risoto de frango (batata, cenoura, frango) salada de pepino + melancia	RECESSO		PTN	26,87	g	PTN	25,46	g	LP	20,94	g	LP	21,89	g
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite + pão de queijo	Suco de abacaxi natural+ pão com ovo + maçã	Suco integral de uva + Sanduiche de pão fatiado c/ queijo, tomate, alicace + Pipoca + Bolo de chocolate			CALCO	507,48	Mg	CALCO	406,25	Mg	FERRO	5,68	Mg	FERRO	5,02	Mg
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de chuchu c/ tomate + laranja	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + melancia	Polenta+ Carne moída ao molho + salada de acelga+ mamão			VITAMINA A	487,58	Mg	VITAMINA A	462,51	Mg	VITAMINA C	56,25	Mg	VITAMINA C	49,58	Mg
SEGUNDA 16/10/2023		TERÇA 17/10/2023		QUARTA 18/10/2023		QUINTA 19/10/2023		SEXTA 20/10/2023		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL, MÍNIMO		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL, MÁXIMO					
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco maracujá + pão integral com requeijão	Café com leite + pão de queijo	Suco morango + torta de legumes com aveia + laranja	Suco integral de uva + Sanduiche de pão fatiado c/ queijo, tomate, alicace	Leite com maçã + Bolo cenoura sem cobertura	KCAL	726,58	Kcal	KCAL	715,82	Kcal	CHO	115,46	g	CHO	109,45	g
Almôço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijoad com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoca) + creme de milho + maçã	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, Abóbora refogada + mamão	Arroz colorido, Feijão carioca, Quibe assado + salada de repolho + manga	Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, couve flor, cenoura) + melancia	PTN	23,84	g	PTN	23,45	g	LP	20,02	g	LP	19,58	g
Lanche 14:00H/14:30H	Chá com leite + pão integral + manteiga	Leite com maçã + Bolo cenoura sem cobertura	Chá com limão, sanduiche de pão fatiado + queijo + tomate+ alicace	Vitamina de abacate + banana + biscoito doce integral	Café com leite + pão de queijo	CALCO	466,26	Mg	CALCO	462,51	Mg	FERRO	4,68	Mg	FERRO	4,82	Mg
Jantar 16:00H/16:30H	Quireira + frango ao molho + abóbora refogada	Sopa de feijão (batata, mandioquinha, carne, cenoura) + couve + laranja	Macarrão com carne moída + Legumes refogados (brócolis e cenoura) + banana	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rucula + salada de cenoura + melancia	Purê de batatas+ carne moída ao molho + salada de beirerraba + manga	VITAMINA A	410,54	Mg	VITAMINA A	506,25	Mg	VITAMINA C	51,58	Mg	VITAMINA C	41,25	Mg

Observações: Não consumir alimentos e líquidos que tenham contato com o alumínio. Não utilizar utensílios de alumínio.

CMEI

ALUNO

MARIO ROQUE

NYCOLAS MANOEL DA SILVA FERREIRA

Patrícia dos Santos Alves Garcia

Lúcia Marcia Toledo Faria Vicente

Camille Consentino de Carvalho

Lidiana Correa Costa Siqueira  
CRN 8 6905  
Coordenação Operacional

Ana Paula Galvão  
CRN 8 11301  
Monitoramento Documental Operacional

Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 781

Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321

Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102



## NÍVEL DE ALUMÍNIO ELEVADO

SEGUNDA 23/10/2023		TERÇA 24/10/2023		QUARTA 25/10/2023		QUINTA 26/10/2023		SEXTA 27/10/2023		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite + pão fritoado 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, açaí, cenoura ralada + bolo de laranja		KCAL 739,25	Kcal	KCAL 653,22	Kcal
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoca 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, Prato do molho de peixe, salada de açaí		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	g	PTN 21,54	g
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite + biscoito polvilho saído + 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, açaí, cenoura ralada + bolo de laranja		LP 20,45	g	LP 19,59	g
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de açaí + melancia	Sopa de frango + mandioca+ beterraba+ abobrinha + laranja		Quirera + carne moída ao molho + abobrinha refogada + maçã		Purê de batatas + frango ao molho + salada de tomate		Polenta + frango ao molho + salada de açaí + melão		CAICO 463,25	Mg	CAICO 503,25	Mg
SEGUNDA 30/10/2023		TERÇA 31/10/2023		QUARTA		QUINTA		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H	Leite com cacau (70%) + pão fritoado com manteiga	Café com Leite+ pão com margarina e queijo								KCAL 808,69	Kcal	KCAL 681,73	Kcal
Almoço 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 açaí + laranja								CHO 132,58	g	CHO 100,54	g
Lanche 14:00H/14:30H	Suco morango + tort de legumes com aveia + laranja	Vitamina de maçã e mamão + biscoito doce integral								PTN 22,58	g	PTN 26,58	g
Jantar 16:00H/16:30H	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + maçã	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de abobrinha + melão								LP 20,45	g	LP 19,25	g
										CAICO 367,48	Mg	CAICO 421,58	Mg
										FERRO 5,69	Mg	FERRO 8,25	Mg
										VITAMINA A 569,12	Mg	VITAMINA A 394,25	Mg
										VITAMINA C 46,25	Mg	VITAMINA C 41,25	Mg
Observações: Não consumir alimentos e líquidos que tenham contato com o alumínio. Não utilizar utensílios de alumínio.													
CMEI													
MARIO ROQUE													
ALUNO													
NICOLAS MANOEL DA SILVA FERREIRA													

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

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

Márcia Garcia Costa Gusella  
CRN 8 6303  
Coordenação Operacional

Anaísa Galvão  
CRN 8 11501  
Nutricionista Coordenadora Operacional