



ESCOLA ENSINO ESPECIAL APAE/EVA CAVANI – CARDÁPIO OUTUBRO/2023



SEM OVOS

SEMI OVOS															
		SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			
		21/10/2023		31/10/2023		41/10/2023		61/10/2023		61/10/2023		61/10/2023			
DESEJUM 7:30H/8:00H	Chá com leite + biscoito salgado integral s/ ovos + melancia	Café com leite + bolo de laranja s/ ovos		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, frango grelhado, cenoura e couve flor refogados + manga		Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Prato do molho de peixe, salada de alface		Vitamina de mamão e maçã + biscoito doce integral s/ ovos			
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão carioca, Carne ao molho + quiteria + salada de baterraba + maçã														
		SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			
		91/10/2023		101/10/2023		111/10/2023		121/10/2023		131/10/2023		131/10/2023			
DESEJUM 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural+ pão s/ ovos c/ carne desfiada + melancia	Café com leite + pão de queijo vegano s/ ovos		Leite com mamão + biscoito de polvilho salgado s/ ovos		FÉRIADO		RECESSO							
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja		Suco integral de uva + Sanduiche de pão fatiado s/ ovos c/ queijo, tomate, alface + Pipoca + Bolo de chocolate s/ ovos											
		SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			
		161/10/2023		171/10/2023		181/10/2023		191/10/2023		201/10/2023		201/10/2023			
DESEJUM 7:30H/8:00H	Suco maracujá + pão integral s/ ovos com requieijo	Café com leite + pão de queijo vegano s/ ovos		Suco de morango + torta de legumes com aveia s/ ovos + laranja		Suco integral de uva + Sanduiche de pão fatiado s/ ovos c/ queijo, tomate, alface		Leite com maçã + Bolo cenoura sem cobertura s/ ovos							
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + creme de milho + maçã		Arroz, Feijão preto, frango grelhado, Abóbora refogada + mamão		Arroz colorido, Feijão carioca, Quibe assado s/ ovos + salada de repolho + manga		Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, couve flor, cenoura) + melancia							
		SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			
		231/10/2023		241/10/2023		251/10/2023		261/10/2023		271/10/2023		271/10/2023			
DESEJUM 7:30H/8:00H	Chá com leite + pão fatiado s/ ovos com manteiga	Café com leite + biscoito polvilho s/ ovos + laranja		Legume de coco + salada de frutas (melão, mamão e morango) com aveia		Vitamina de abacate e banana + biscoito doce integral s/ ovos		Chá com leite + biscoito salgado integral s/ ovos + maçã							
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	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, Prato do molho de peixe, salada de alface		Arroz integral, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de beterraba + melancia		Suco de Maracujá + Pão de leite s/ ovos c/ frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de laranja							
		SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			
		301/10/2023		311/10/2023								311/10/2023			
DESEJUM 7:30H/8:00H	Leite com cacau (70%) + pão fatiado s/ ovos com manteiga	Café com Leite+ pão s/ ovos com margarina e queijo													
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de cenoura + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) ao molho, salada de alface + laranja													
ALUNO															
ESCOLA															
APAE															
ISADORA ARAUJO															

Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781

Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321

Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

Patricia dos Santos Alves Garcia

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente

Camille Consentino de Carvalho

Lucilene Correa Costa Sistiêla

Armanda Gatto

Nutricionista Coordenadora Operacional

Coordenação Operacional

CRN 8 6303

CRN 8 11501