

## SÍNDROME NEFRÓTICA

SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
21/10/2023		31/10/2023		4/10/2023		5/10/2023		6/10/2023					
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite + biscoito de polvilho doce+ 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	761,06	Kcal		KCAL	486,17	Kcal	
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Carne ao molho + quíntera + salada beterraba + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho com legumes (abóbora e vagem) + salada de açaí + 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, Pão de milho de peixe, salada de alface	CHO	121,32	g	CHO	85,62	g		
Lanche 14:00H/14:30H	Canjica + melão	Chá com leite + biscoito de polvilho doce + maçã	Suco integral de maçã + bolo de fubá + laranja	logurte de morango + biscoito doce integral + banana	Café com leite + pão integral s/ sal+ queijo branco/margarina s/ sal	PTN	26,15	g	PTN	15,02	g		
						LIP	19,02	g	LIP	8,47	g		
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
9/10/2023		10/10/2023		11/10/2023		12/10/2023		13/10/2023					
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural+ pão s/ sal com ovo + melancia	Café com leite + pão de queijo s/ sal	Suco integral de uva + Sanduiche de pão fatiado s/ sal c/ queijo branco, tomate, alface + Pipoca s/ sal + Bolo de chocolate	FERIADO	RECESSO	KCAL	760,22	Kcal	KCAL	506,47	Kcal		
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de açaí + maçã	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana + salada tomate e cebola + laranja	Risoto de frango (batata, cenoura, frango) salada de pepino + melancia			CHO	116,07	g	CHO	89,14	g		
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite + pão de queijo s/ sal	Suco de abacaxi natural+ pão s/ sal com ovo + maçã	Suco integral de uva + Sanduiche de pão fatiado s/ sal c/ queijo branco, tomate, alface + Pipoca s/ sal + Bolo de chocolate			PTN	26,87	g	PTN	15,07	g		
						LIP	20,94	g	LIP	9,25	g		
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
16/10/2023		17/10/2023		18/10/2023		19/10/2023		20/10/2023					
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco maracujá + pão integral s/ sal com requeijão light	Café com leite + pão de queijo s/ sal	Suco morango + tora de legumes com aveia s/ sal + laranja	Suco integral de uva + Sanduiche de pão fatiado s/ sal c/ queijo branco, tomate, alface	Leite com maçã + Bolo cenoura sem cobertura	KCAL	736,58	Kcal	KCAL	425,69	Kcal		
Almoço 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	CHO	110,45	g	CHO	79,26	g		
Lanche 14:00H/14:30H	Chá com leite + pão integral s/ sal + manteiga s/ sal	Leite com maçã + Bolo cenoura sem cobertura	Chá com limão, sanduiche de pão fatiado s/ sal + queijo branco + tomate+ alface	Vitamina de abacate + banana + biscoito doce integral	Café com leite + pão de queijo s/ sal	PTN	20,45	g	PTN	12,47	g		
						LIP	17,45	g	LIP	8,47	g		

Observação: Substituir o sal por temperos naturais. Não utilizar molho pronto e extrato de tomate. Pão sem sal, sem polvilho salgado e sem biscoito salgado (biscoito de polvilho doce), pipoca sem sal, queijo branco, requeijão light, margarina, manteiga sem sal.

ESCOLA

ALUNO

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

Lidiane Correa Costa Sotoca  
CRN 8 6301  
Coordenação Operacional

Ananda Gabão  
CRN 8 11901  
Nutricionista Controladora Operacional





CARDÁPIO ESCOLAS INTEGRAIS – CARDÁPIO OUTUBRO/2023



SÍNDROME NEFRÓTICA

SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
23/10/2023		24/10/2023	25/10/2023	26/10/2023	27/10/2023				
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite + pão fatiado s/ sal manteiga s/ sal	Café com leite + biscoito polvilho doce + laranja	Logurte 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 s/ sal c/ frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de laranja	KCAL	736,25	KCAL	555,47
Almôço 10:30H/1:00H	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoca ao molho com cenoura, salada de brócolis + laranja	Risoto de carne (patata, 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	CHO	112,54	CHO	88,14
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite + biscoito polvilho doce + maçã	Suco de maracujá + pão integral s/ sal com requeijão light	Leite com cacau (70%) + pão integral s/ sal com manteiga s/ sal	Logurte de coco + Salada de frutas (mamão, melão, morango) com aveia	Suco de Maracujá + Pão de leite s/ sal c/ frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de laranja	PTN	26,01	PTN	20,09
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	LIP	20,45	LIP	15,47
30/10/2023		31/10/2023				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H	Leite com cacau (70%) + pão fatiado s/ sal com manteiga s/ sal	Café com Leite+ pão s/ sal com margarina s/ sal e queijo branco				KCAL	809,69	KCAL	514,53
Almôço 10:30H/1:00H	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de cenoura + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassari) ao molho, salada de alface + laranja				CHO	132,58	CHO	81,25
Lanche 14:00H/14:30H	Suco morango + torta de legumes com aveia s/ sal + laranja	Vitamina de maçã e mamão + biscoito doce integral				PTN	23,58	PTN	16,85
						LIP	20,45	LIP	13,57

Observação: Substituir o sal por temperos naturais. Não utilizar molho pronto e extrato de tomate. Pão sem sal, sem polvilho salgado e sem biscoito salgado (biscoito de polvilho doce), pipoca sem sal, queijo branco, requeijão light, margarina, manteiga sem sal.

ESCOLA

ALUNO

Patrícia dos Santos Alves Garcia  
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º  
REGIÃO Nº 1781

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente  
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º  
REGIÃO Nº 2321

Camille Consentino de Carvalho  
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º  
REGIÃO Nº 1102

Edilene Correia Costa Sotoca  
CRN 8 6303  
Coordenação Operacional

Amanda Garoto  
CRN 8 11501  
Nutricionista Controlar Operacional