

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL DIÁRIO	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL DIÁRIO
				16/5/2025	21/5/2025		
Desjejum 7:30H/8:00H					Café com leite + biscoito de polvilho + maçã	KCAL 555 Kcal CHO 100 g PRO 21 g LIP 7 g	KCAL 468 Kcal CHO 84 g PRO 20 g LIP 8 g
Almooço 10:30H/11:00H					Arroz, Feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados (abobrinha e cenoura) + banana		
Lanche 14:00H/14:30H					Mingau de aveia com banana		
Jantar 16:00H/16:30H					Potenta + Frango ao molho + salada de acelga + laranja	VITAMINA A 264 Mcg VITAMINA A 210 Mcg VITAMINA C 75 Mcg	VITAMINA A 210 Mcg VITAMINA C 46 Mcg
	SEGUNDA 6/5/2025	TERÇA 6/5/2025	QUARTA 7/5/2025	QUINTA 8/5/2025	SEXTA 9/5/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL DIÁRIO	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL DIÁRIO
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite + pão de cenoura + queijomanteiga	loqure de morango + salada de frutas (uva, manga e melão) com aveia	Suco integral de uva, sanduiche de pão fatiado + queijo + tomate+ alicae	Café com leite + bolo de laranja	Suco de maracujá + torta de frango com legumes + mamão	KCAL 611 Kcal CHO 108 g PRO 23 g LIP 10 g	KCAL 615 Kcal CHO 103 g PRO 20 g LIP 13 g
Almooço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura) + salada de acelga + maçã	Arroz, Feijão preto, Burreado, flocão de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pão de molho de peixe + salada de alicae	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho + pão de carne + salada de beterraba + caqui	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoca ao molho com cenoura + salada de brocolis + melancia	PRO 23 g LIP 10 g	PRO 20 g LIP 13 g
Lanche 14:00H/14:30H	Leite com banana + biscoito de polvilho	Suco de maracujá + torta de frango com legumes + mamão	Café com leite + bolo de laranja	loqure de morango + Salada de frutas (uva, manga e melão) com aveia	Café com leite + biscoito doce/salgado integral + banana	KCAL 231 Kcal CHO 231 Mcg FERRO 4 Mcg	KCAL 103 Kcal CHO 103 Mcg FERRO 3 Mcg
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de alicae	Purê de batatas + Frango ao molho + salada de beterraba + maçã	Sopa de feijão (batata, mandioquinha, carne, cenoura) + couve + laranja	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de repolho + melancia	Potenta, Carne moída ao molho + salada de acelga + caqui	VITAMINA A 363 Mcg VITAMINA A 238 Mcg VITAMINA C 69 Mcg	VITAMINA A 238 Mcg VITAMINA C 25 Mcg
	SEGUNDA 12/5/2025	TERÇA 13/5/2025	QUARTA 14/5/2025	QUINTA 15/5/2025	SEXTA 16/5/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL DIÁRIO	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL DIÁRIO
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite + biscoito doce integral + banana	Suco de abacaxi natural + pão com ovo + maçã	Vitamina de frutas (banana e mamão) + biscoito doce integral	Leite com morango + Bolo cenoura sem cobertura	Chá com leite + pão de milho + manteiga	KCAL 652 Kcal CHO 120 g PRO 21 g LIP 19 g	KCAL 559 Kcal CHO 102 g PRO 13 g LIP 9 g
Almooço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura), salada alicae + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoca) + creme de milho + melão	Arroz colorido, Feijão preto, Quibe assado + espinafre + salada repolho + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) ao molho + salada de alicae + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, potenta + salada de cenoura + pontkan	PRO 21 g LIP 19 g	PRO 13 g LIP 9 g
Lanche 14:00H/14:30H	Chá com limão, sanduiche de pão fatiado + queijo + tomate+ alicae	Chá com leite + biscoito doce integral + laranja	Suco de abacaxi natural + pão com ovo + maçã	Vitamina de frutas (banana e mamão) + biscoito doce integral	Leite com morango + Bolo cenoura sem cobertura	KCAL 269 Kcal CHO 269 Mcg FERRO 3 Mcg	KCAL 231 Kcal CHO 231 Mcg FERRO 4 Mcg
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de pepino com tomate + banana	Potenta + Frango ao molho + salada de acelga + melão	Arroz com brocolis + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + pontkan	Macarrão com frango + legumes refogados (abobrinha e cenoura) + melancia	VITAMINA A 264 Mcg VITAMINA A 210 Mcg VITAMINA C 89 Mcg	VITAMINA A 210 Mcg VITAMINA C 108 Mcg
Observações:						ALUNO	

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

Ligia Marcia Toledo Faria Vicensie
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO
Nº2321

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

Lidiane Cristina Costa Djalila
CRN 15544

Leide de Almeida
CRN 15544

		SEGUNDA 19/5/2025	TERÇA 20/5/2025	QUARTA 21/5/2025	QUINTA 22/5/2025	SEXTA 23/5/2025	MÉDIA SEMANA VALOR NUTRICIONAL DIÁRIO		MÉDIA SEMANA VALOR NUTRICIONAL DIÁRIO	
Desjejum 7:30H/8:00H	Leite com banana + biscoito de polvilho	Suco integral de maçã + Bolo de fubá + melão	Suco de morango + torta de frango com legumes + maçã	Iogurte de morango+ biscoito doce integral + banana	Leite com cacau (70%) + pão fatiado integral com requeijão		KCAL	553	KCAL	603
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, abóbora refogada + melão	Arroz, Feijão carioca, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + maçã	Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura e abobrinha) + ponkan	Arroz, Feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada de azeitã + melancia	Macarrão parafuso, Frango ao molho desfiado, + espinafre + salada de repolho c/ tomate + banana		CHG	88	CHG	108
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite + pão de cenoura + queijo/margarina	Iogurte morango + biscoito doce integral + banana	Vitamina de frutas (abacate + banana) + biscoito doce integral	Suco integral de maçã + Bolo de fubá + melão	Sagu + ponkan		PRN	20	PRN	19
Jantar 16:00H/16:30H	Macarrão com carne moída + Legumes refogados (cenoura e chuchu) + maçã	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de repolho c/ tomate + melão	Purê de batatas + Carne moída ao molho + salada de pepino em tomate	Arroz com cenoura + Frango ao molho + abóbora refogada + caqui	Polenta + Carne moída ao molho + salada azeitã		LP	9	LP	9
							VITAMINA A	186	VITAMINA A	248
							VITAMINA E	97	VITAMINA E	50

Patricia dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO
Nº 781

Lúcia Marcia Toledo Dutra Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO
Nº 2321

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

Lailiana Garcia Costa Sistiola
CRN 8 6193
Coordenadora Operacional

Lais de Souza
Nutricionista
CRN 15644