

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

DIABETES + DISLIPIDEMIA

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		MÉDIA SEMANAL VALOR	
						MANHÃ		TARDE	
DESEJUM 7:30H/8:00H		18/8/2023	28/8/2023	3/8/2023	4/8/2023	KCAL	692,36	Kcal	759,68
						CHO	124,32	g	104,32
MERENDA MANHÃ 10h						PTN	31,02	g	23,61
MERENDA TARDE 15h						LIP	15,24	g	12,03
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		MÉDIA SEMANAL VALOR	
	7/8/2023	8/8/2023	9/8/2023	10/8/2023	11/8/2023	MANHÃ		TARDE	
DESEJUM 7:30H/8:00H	Café com leite desnatado + biscoito de polvilho saído + maçã	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão integral com ovo + laranja	Salada de frutas (mamão, banana, kiwi) com aveia	Chá com leite desnatado + pão integral com margarina light	Leite desnatado com banana + biscoito de polvilho saído	KCAL	750,96	Kcal	786,25
						CHO	124,51	g	82,31
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral + feijão com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + laranja	Arroz integral + feijão carioca + frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alface + maçã	Arroz integral + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana	Arroz integral + feijão carioca + frango ao molho + salada de acelga + porokan	Arroz integral + feijão preto + quibe assado + salada de repolho + mamão	PTN	13,24	g	32,04
MERENDA TARDE 15h						LIP	18,52	g	19,62
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		MÉDIA SEMANAL VALOR	
	14/8/2023	15/8/2023	16/8/2023	17/8/2023	18/8/2023	MANHÃ		TARDE	
DESEJUM 7:30H/8:00H	Café com leite desnatado + pão fatiado integral + queijo light + margarina light	Suco integral de uva + biscoito saído integral + maçã	iogurte morango desnatado diet + biscoito doce integral diet + banana	Leite desnatado com banana + bolo diet	Suco integral de uva + pão integral com queijo light	KCAL	786,36	Kcal	702,31
						CHO	124,62	g	105,36
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral + feijão preto + frango sassami grelhado + salada de acelga + laranja	Arroz integral + feijão carioca + carne ao molho + pure de batatas + salada de beterraba	Arroz integral + feijão preto + frango ao molho + jardineira de legumes (cenoura, couve flor e brócolis) + mamão	Arroz integral + feijão carioca, barrado + farinha de mandioca + salada de tomate e cebola + banana	Arroz integral + feijão preto + sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de repolho com tomate + maçã	PTN	12,31	g	23,03
MERENDA TARDE 15h						LIP	17,52	g	12,32
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		MÉDIA SEMANAL VALOR	
	21/8/2023	22/8/2023	23/8/2023	24/8/2023	25/8/2023	MANHÃ		TARDE	
DESEJUM 7:30H/8:00H	Chá com leite desnatado + pão fatiado integral com margarina light	Vitamina de mamão e maçã com leite desnatado + biscoito doce integral diet	Suco integral de maçã + bolo diet + porokan	Café com leite desnatado + biscoito saído integral + banana	Leite desnatado com maçã + biscoito de polvilho	KCAL	724,61	Kcal	685,32
						CHO	124,36	g	92,31
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral + feijão preto + carne moída ao molho com legumes (cenoura e batata salada) + salada de repolho + maçã	Arroz integral + feijão carioca + sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + laranja	Arroz integral + feijão preto + omelete assado + cenoura e ervilha refogadas + mamão	Arroz integral + feijão carioca + peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alface	Suco integral de uva + pão integral com ovo mexido + alface + cenoura + bolo diet	PTN	11,02	g	22,37
MERENDA TARDE 15h						LIP	23,06	g	12,09
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		MÉDIA SEMANAL VALOR	
	28/8/2023	29/8/2023	30/8/2023	31/8/2023		MANHÃ		TARDE	
DESEJUM 7:30H/8:00H	Chá com leite desnatado + biscoito de polvilho + maçã	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão integral com ovo + laranja	Suco integral de Uva + Sanduiche de pão fatiado integral + queijo light + alface + tomate	Vitamina de abacate+banana com leite desnatado + biscoito doce integral diet		KCAL	786,35	Kcal	702,36
						CHO	124,31	g	92,34
MERENDA MANHÃ 10h	Risoto de frango (frango, cenoura, batata, milho) com arroz integral + salada de pepino / tomate + laranja	Arroz integral + feijão carioca + carne ao molho + pure de batatas + salada de beterraba	Macarrão integral + frango ao molho desfiado + salada de couve flor + maçã	Arroz integral + feijão preto + bolinho de carne ao molho + salada de acelga + porokan		PTN	15,20	g	25,21
MERENDA TARDE 15h						LIP	22,09	g	12,03

ESCOLA

Observação: Adoçante Sucralose ou Stevia

ALUNO

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

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11446 CRN 8º
REGIÃO Nº2321

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

Eduiane Corrêa Costa Soffelto
CRN nº 1915110 nº 6203
Coordenadora Operacional

Márcia Regina Gonçalves
CRN nº REGIÃO nº 14920
Nutricionista Coordenadora Operacional