



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

GLICOGENOSE



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR TARD
	18/8/2023	20/8/2023	30/8/2023	4/8/2023	10/8/2023	KCAL 694.21 CHO 126.35	KCAL 759.68 CHO 102.3
DESJEIUM 7:30H/8:00H	Chá erva doce/cidreira + pão integral s/ leite + creme vegetal	Leite vegetal com maçã + bolo diet s/ leite	Suco natural de limão com adoçante + pão integral s/ leite com ovo + maçã	logurte vegano morango diet + biscoito doce diet integral s/ leite + pera			
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral + caldo de feijão carioca + carne moída refogada + pure de batatas s/ leite + salada de brócolis	Arroz integral + caldo de feijão preto + frango assado (sobrecoxa) + milho refogado + ponkan	Arroz integral + caldo de feijão carioca + carne bovina refogada com mandioca + salada de alface + laranja	Arroz integral+ caldo de feijão preto + ovos mexidos + abobrinha refogada + maçã		PTN 28.06 LIP 18.62	PTN 23.61 LIP 11.29
MERENDA TARDE 15h							
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR TARD
	7/8/2023	8/8/2023	9/8/2023	10/8/2023	11/8/2023	KCAL 773.63 CHO 125.34	KCAL 786.35 CHO 82.31
DESJEIUM 7:30H/8:00H	Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho salgado s/ leite + maçã	Suco natural de maracujá com adoçante + pão integral s/ leite com ovo + laranja	Salada de frutas (maçã, pera, kiwi) com aveia	Chá erva doce/cidreira + pão integral s/ leite com creme vegetal	Leite vegetal com maçã + biscoito de polvilho salgado s/ leite	KCAL 773.63 CHO 125.34	KCAL 786.35 CHO 82.31
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral + caldo de feijão preto com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + laranja	Arroz integral + caldo de feijão carioca + frango ao molho com legumes (abobrinha e couve) + salada de alface + maçã	Arroz integral + caldo de feijão preto + carne moída refogada + polenta + salada de brócolis + laranja	Arroz integral + caldo de feijão carioca + frango sassami grelhado + salada de azeite + ponkan	Arroz integral + caldo de feijão preto + quibe assado + salada de repolho + laranja	PTN 14.32 LIP 16.24	PTN 31.02 LIP 17.52
MERENDA TARDE 15h							
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR TARD
	14/8/2023	15/8/2023	16/8/2023	17/8/2023	18/8/2023	KCAL 759.68 CHO 126.34	KCAL 752.34 CHO 106.3
DESJEIUM 7:30H/8:00H	Chá erva doce/cidreira + pão fatiado integral s/ leite + creme vegetal	Suco integral de maçã + biscoito salgado integral s/ leite + maçã	logurte vegano morango diet + biscoito doce diet integral s/ leite + pera	Leite vegetal com maçã + bolo diet s/ leite	Suco integral de maçã + pão integral s/ leite com creme vegetal	KCAL 759.68 CHO 126.34	KCAL 752.34 CHO 106.3
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral + caldo de feijão preto + frango sassami grelhado + salada de azeite + laranja	Arroz integral + caldo de feijão carioca + carne refogada + pure de batatas s/ leite + salada de beterraba	Arroz integral + caldo de feijão preto + frango grelhado + jardineira de legumes (abobrinha, couve flor e brócolis) + laranja	Arroz integral + caldo de feijão carioca + carne refogada + farinha de mandioca + salada de pepino + pera	Arroz integral + caldo de feijão preto + sobrecoxa assada com abobrinha + salada de repolho + maçã	PTN 15.32 LIP 17.62	PTN 22.31 LIP 13.06
MERENDA TARDE 15h							
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR TARD
	21/8/2023	22/8/2023	23/8/2023	24/8/2023	25/8/2023	KCAL 763.32 CHO 163.32	KCAL 697.85 CHO 92.31
DESJEIUM 7:30H/8:00H	Chá erva doce/cidreira + pão fatiado integral s/ leite com creme vegetal	Vitamina de maçã com leite vegetal + biscoito doce diet integral s/ leite	Suco integral de maçã + bolo diet s/ leite + ponkan	Chá erva doce/cidreira + biscoito salgado integral s/ leite + pera	Leite vegetal com maçã + biscoito de polvilho s/ leite	KCAL 763.32 CHO 163.32	KCAL 697.85 CHO 92.31
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral + caldo de feijão preto + carne moída refogada com legumes (abobrinha e batata) + salada de repolho + maçã	Arroz integral + caldo de feijão carioca + sobrecoxa assada com abobrinha + salada de brócolis + laranja	Arroz integral + caldo de feijão preto + omelete assado + ervilha refogadas + maçã	Arroz integral + caldo de feijão carioca + peixe grelhado + pirão do milho de peixe + salada de alface	Suco integral de maçã + pão integral s/ leite com ovo mexido + alface + cenoura + bolo diet s/ leite	PTN 11.02 LIP 21.09	PTN 21.03 LIP 11.06
MERENDA TARDE 15h							
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR TARD
	28/8/2023	29/8/2023	30/8/2023	31/8/2023		KCAL 796.63 CHO 126.35	KCAL 706.3 CHO 92.31
DESJEIUM 7:30H/8:00H	Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho s/ leite + maçã	Suco natural de limão com adoçante + pão integral s/ leite com ovo + laranja	Suco integral de maçã + Sanduíche de pão fatiado integral s/ leite + creme vegetal	Vitamina de abacate com leite vegetal + biscoito doce diet integral s/ leite		KCAL 796.63 CHO 126.35	KCAL 706.3 CHO 92.31
MERENDA MANHÃ 10h	Risoto de frango (frango, batata, milho) com arroz integral + salada de pepino + laranja	Arroz integral + caldo de feijão carioca + carne refogada + pure de batatas s/ leite + salada de alface	Macarrão integral + frango desfiado + salada de couve flor + maçã	Arroz integral + caldo de feijão preto + bolinho de carne s/ milho + salada de azeite + ponkan		PTN 14.32 LIP 22.03	PTN 24.31 LIP 11.06
MERENDA TARDE 15h							
Observações: Frutas in natura e legumes somente de baixo índice glicêmico. Arroz integral + caldo de feijão. Adoçantes Sacarina ou Ciclamato. Não utilizar molho de tomate, cebola e tomate. APLV							
ESCOLA							
APAE							
GABRIEL MAIA							

Observações: Frutas in natura e legumes somente de baixo índice glicêmico. Arroz integral + caldo de feijão. Adoçantes Sacarina ou Ciclamato. Não utilizar molho de tomate, cebola e tomate. APV

ESCOLA

APAE

ALUNO

GABRIEL MAA

Patrícia dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º
REGIÃO NE1781

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º
REGIÃO NP2321

Camile Consentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7694 CRN 8º
REGIÃO NP1102

Ediane Correa Costa Soares
CRN 8º REGIÃO nº 6393
Coordenadora Operacional

Mariana Resolvinho Gonçalves
CRN 8º REGIÃO nº 14929
Nutricionista Controladora Operacional