

SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA NUTRI		
18/2023		28/2023		30/2023		4/8/2023									
Desjejum 7:30H/8:00H		Café com leite vegetal + pão integral s/ leite + creme vegetal		Leite vegetal com mamão + bolo de laranja s/ leite		Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + maçã		Iogurte vegano morango+ biscoito doce integral s/ leite + banana		KCAL 978,54		Kcal	KCAL		
		Arroz + feijão carioca + carne moída ao molho + pure de batatas s/ leite + salada de brócolis		Arroz + feijão preto + frango assado (sobrecoxa) + milho e cenoura refogados + ponkan		Arroz + feijão carioca + carne bovina ao molho de mandioca + salada de alface + mamão		Arroz+ feijão preto + ovos mexidos + abóbora refogada + maçã		CHO 126,36		g	CHO		
Almoço 10:30H/1:00H		Suco integral de uva + pipoca + maçã		Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + mamão		Vitamina de banana e abacate com leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite		Café com leite vegetal + pão integral s/ leite + creme vegetal		PTN 32,06		g	PTN		
										LIP 20,34		g	LIP		
MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ														MÉDIA NUTRI	
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA NUTRI		
14/8/2023		15/8/2023		16/8/2023		17/8/2023		18/8/2023							
Desjejum 7:30H/8:00H		Café com leite vegetal + pão fatiado s/ leite + creme vegetal		Suco integral de uva + biscoito salgado integral s/ leite + maçã		Iogurte vegano morango+ biscoito doce integral s/ leite + banana		Leite vegetal com banana + bolo de cenoura sem cobertura s/ leite		Suco integral de uva + pão integral s/ leite com creme vegetal		KCAL 766,24		Kcal	KCAL
		Arroz + feijão preto + frango sassami grelhado + salada de alface + laranja		Arroz + feijão carioca + carne ao molho + pure de batatas s/ leite + salada de beterraba		Arroz + feijão preto + frango ao molho + jardineira de legumes (cenoura, couve flor e brócolis) + mamão		Arroz + feijão carioca, barrado + farinha de mandioca + salada de tomate e cebola + banana		Arroz + feijão preto + sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de repolho com tomate + maçã		CHO 136,62		g	CHO
Almoço 10:30H/1:00H		Arroz + feijão preto + frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alface + maçã		Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana		Arroz + feijão preto + frango sassami ao molho + salada de alface + ponkan		Arroz + feijão preto + quibe assado + salada de repolho + mamão		CHO 126,34		g	CHO		
Lanche 14:00H/14:30H		Suco integral de uva + pão integral s/ leite com creme vegetal		Vitamina de mamão + maçã com leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite		Suco integral de maçã + bolo de fubá s/ leite + mamão		Iogurte vegano morango+ biscoito doce integral s/ leite + banana		Café com leite vegetal + pão fatiado s/ leite + creme vegetal		PTN 11,02		g	PTN
										LIP 22,03		g	LIP		
MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ														MÉDIA NUTRI	
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA NUTRI		
7/8/2023		8/8/2023		9/8/2023		10/8/2023		11/8/2023							
Desjejum 7:30H/8:00H		Café com leite vegetal + biscoito de polvilho salgado s/ leite + maçã		Salada de frutas (mamão, banana, kiwi) com aveia		Chá com leite vegetal + pão integral s/ leite com creme vegetal		Leite vegetal com banana + biscoito de polvilho salgado s/ leite		KCAL 626,35		Kcal	KCAL		
		Arroz + feijão preto + frango ao molho com ovo + laranja		Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana		Arroz + feijão preto + frango sassami ao molho + salada de alface + ponkan		Arroz + feijão preto + quibe assado + salada de repolho + mamão		CHO 126,34		g	CHO		
Almoço 10:30H/1:00H		Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + laranja		Arroz + feijão preto + frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alface + maçã		Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana		Arroz + feijão preto + frango sassami ao molho + salada de alface + ponkan		CHO 126,34		g	CHO		
Lanche 14:00H/14:30H		Suco integral de uva + pipoca + maçã		Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + maçã		Vitamina de banana e abacate com leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite		Café com leite vegetal + pão integral s/ leite + creme vegetal		PTN 32,06		g	PTN		
										LIP 20,34		g	LIP		
MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ														MÉDIA NUTRI	
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA NUTRI		
7/8/2023		8/8/2023		9/8/2023		10/8/2023		11/8/2023							
Desjejum 7:30H/8:00H		Café com leite vegetal + biscoito de polvilho salgado s/ leite + maçã		Salada de frutas (mamão, banana, kiwi) com aveia		Chá com leite vegetal + pão integral s/ leite com creme vegetal		Leite vegetal com banana + biscoito de polvilho salgado s/ leite		KCAL 626,35		Kcal	KCAL		
		Arroz + feijão preto + frango ao molho com ovo + laranja		Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana		Arroz + feijão preto + frango sassami ao molho + salada de alface + ponkan		Arroz + feijão preto + quibe assado + salada de repolho + mamão		CHO 126,34		g	CHO		
Almoço 10:30H/1:00H		Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + laranja		Arroz + feijão preto + frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alface + maçã		Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana		Arroz + feijão preto + frango sassami ao molho + salada de alface + ponkan		CHO 126,34		g	CHO		
Lanche 14:00H/14:30H		Suco integral de uva + pipoca + maçã		Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + maçã		Vitamina de banana e abacate com leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite		Café com leite vegetal + pão integral s/ leite + creme vegetal		PTN 32,06		g	PTN		
										LIP 20,34		g	LIP		
MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ														MÉDIA NUTRI	
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA NUTRI		
7/8/2023		8/8/2023		9/8/2023		10/8/2023		11/8/2023							
Desjejum 7:30H/8:00H		Café com leite vegetal + biscoito de polvilho salgado s/ leite + maçã		Salada de frutas (mamão, banana, kiwi) com aveia		Chá com leite vegetal + pão integral s/ leite com creme vegetal		Leite vegetal com banana + biscoito de polvilho salgado s/ leite		KCAL 626,35		Kcal	KCAL		
		Arroz + feijão preto + frango ao molho com ovo + laranja		Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana		Arroz + feijão preto + frango sassami ao molho + salada de alface + ponkan		Arroz + feijão preto + quibe assado + salada de repolho + mamão		CHO 126,34		g	CHO		
Almoço 10:30H/1:00H		Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + laranja		Arroz + feijão preto + frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alface + maçã		Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana		Arroz + feijão preto + frango sassami ao molho + salada de alface + ponkan		CHO 126,34		g	CHO		
Lanche 14:00H/14:30H		Suco integral de uva + pipoca + maçã		Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + maçã		Vitamina de banana e abacate com leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite		Café com leite vegetal + pão integral s/ leite + creme vegetal		PTN 32,06		g	PTN		
										LIP 20,34		g	LIP		
MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ														MÉDIA NUTRI	
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA NUTRI		
7/8/2023		8/8/2023		9/8/2023		10/8/2023		11/8/2023							
Desjejum 7:30H/8:00H		Café com leite vegetal + biscoito de polvilho salgado s/ leite + maçã		Salada de frutas (mamão, banana, kiwi) com aveia		Chá com leite vegetal + pão integral s/ leite com creme vegetal		Leite vegetal com banana + biscoito de polvilho salgado s/ leite		KCAL 626,35		Kcal	KCAL		
		Arroz + feijão preto + frango ao molho com ovo + laranja		Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana		Arroz + feijão preto + frango sassami ao molho + salada de alface + ponkan		Arroz + feijão preto + quibe assado + salada de repolho + mamão		CHO 126,34		g	CHO		
Almoço 10:30H/1:00H		Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + laranja		Arroz + feijão preto + frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alface + maçã		Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana		Arroz + feijão preto + frango sassami ao molho + salada de alface + ponkan		CHO 126,34		g	CHO		
Lanche 14:00H/14:30H		Suco integral de uva + pipoca + maçã		Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + maçã		Vitamina de banana e abacate com leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite		Café com leite vegetal + pão integral s/ leite + creme vegetal		PTN 32,06		g	PTN		
										LIP 20,34		g	LIP		
MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ														MÉDIA NUTRI	
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA NUTRI		
7/8/2023		8/8/2023		9/8/2023		10/8/2023		11/8/2023							
Desjejum 7:30H/8:00H		Café com leite vegetal + biscoito de polvilho salgado s/ leite + maçã		Salada de frutas (mamão, banana, kiwi) com aveia		Chá com leite vegetal + pão integral s/ leite com creme vegetal		Leite vegetal com banana + biscoito de polvilho salgado s/ leite		KCAL 626,35		Kcal	KCAL		
		Arroz + feijão preto + frango ao molho com ovo + laranja		Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana		Arroz + feijão preto + frango sassami ao molho + salada de alface + ponkan		Arroz + feijão preto + quibe assado + salada de repolho + mamão		CHO 126,34		g	CHO		
Almoço 10:30H/1:00H		Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + laranja		Arroz + feijão preto + frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alface + maçã		Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana		Arroz + feijão preto + frango sassami ao molho + salada de alface + ponkan		CHO 126,34		g	CHO		
Lanche 14:00H/14:30H		Suco integral de uva + pipoca + maçã		Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + maçã		Vitamina de banana e abacate com leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite		Café com leite vegetal + pão integral s/ leite + creme vegetal		PTN 32,06		g	PTN		
										LIP 20,34		g	LIP		
MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ														MÉDIA NUTRI	
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA NUTRI		
7/8/2023		8/8/2023		9/8/2023		10/8/2023		11/8/2023							
Desjejum 7:30H/8:00H		Café com leite vegetal + biscoito de polvilho salgado s/ leite + maçã		Salada de frutas (mamão, banana, kiwi) com aveia		Chá com leite vegetal + pão integral s/ leite com creme vegetal		Leite vegetal com banana + biscoito de polvilho salgado s/ leite		KCAL 626,35		Kcal	KCAL		
		Arroz + feijão preto + frango ao molho com ovo + laranja		Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana		Arroz + feijão preto + frango sassami ao molho + salada de alface + ponkan		Arroz + feijão preto + quibe assado + salada de repolho + mamão		CHO 126,34		g	CHO		
Almoço 10:30H/1:00H		Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + laranja		Arroz + feijão preto + frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alface + maçã		Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana		Arroz + feijão preto + frango sassami ao molho + salada de alface + ponkan		CHO 126,34		g	CHO		
Lanche 14:00H/14:30H		Suco integral de uva + pipoca + maçã		Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + maçã		Vitamina de banana e abacate com leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite		Café com leite vegetal + pão integral s/ leite + creme vegetal		PTN 32,06		g	PTN		
										LIP 20,34		g	LIP		
MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ														MÉDIA NUTRI	
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA NUTRI		
7/8/2023		8/8/2023		9/8/2023		10/8/2023		11/8/2023							
Desjejum 7:30H/8:00H		Café com leite vegetal + biscoito de polvilho salgado s/ leite + maçã		Salada de frutas (mamão, banana, kiwi) com aveia		Chá com leite vegetal + pão integral s/ leite com creme vegetal		Leite vegetal com banana + biscoito de polvilho salgado s/ leite		KCAL 626,35		Kcal	KCAL		
		Arroz + feijão preto + frango ao molho com ovo + laranja		Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana		Arroz + feijão preto + frango sassami ao molho + salada de alface + ponkan		Arroz + feijão preto + quibe assado + salada de repolho + mamão		CHO 126,34		g	CHO		
Almoço 10:30H/1:00H		Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + laranja		Arroz + feijão preto + frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alface + maçã		Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana		Arroz + feijão preto + frango sassami ao molho + salada de alface + ponkan		CHO 126,34		g	CHO		
Lanche 14:00H/14:30H		Suco integral de uva + pipoca + maçã		Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + maçã		Vitamina de banana e abacate com leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite		Café com leite vegetal + pão integral s/ leite + creme vegetal		PTN 32,06		g	PTN		
										LIP 20,34		g	LIP		
MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ														MÉDIA NUTRI	
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA NUTRI		
7/8/2023		8/8/2023		9/8/2023		10/8/2023		11/8/2023							
Desjejum 7:30H/8:00H		Café com leite vegetal + biscoito de polvilho salgado s/ leite + maçã		Salada de frutas (mamão, banana, kiwi) com aveia		Chá com leite vegetal + pão integral s/ leite com creme vegetal		Leite vegetal com banana + biscoito de polvilho salgado s/ leite		KCAL 626,35		Kcal	KCAL		
		Arroz + feijão preto + frango ao molho com ovo + laranja		Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana		Arroz + feijão preto + frango sassami ao molho + salada de alface + ponkan		Arroz + feijão preto + quibe assado + salada de repolho + mamão		CHO 126,34		g	CHO		
Almoço 10:30H/1:00H		Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + laranja		Arroz + feijão preto + frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alface + maçã		Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana		Arroz + feijão preto + frango sassami ao molho + salada de alface + ponkan		CHO 126,34		g	CHO		
Lanche 14:00H/14:30H		Suco integral de uva + pipoca + maçã		Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + maçã		Vitamina de banana e abacate com leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite		Café com leite vegetal + pão integral s/ leite + creme vegetal		PTN 32,06		g	PTN		
										LIP 20,34		g	LIP		
MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ														MÉDIA NUTRI	
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA NUTRI		
7/8/2023		8/8/2023		9/8/2023		10/8/2023		11/8/2023							
Desjejum 7:30H/8:00H		Café com leite vegetal + biscoito de polvilho salgado s/ leite + maçã		Salada de frutas (mamão, banana, kiwi) com aveia		Chá com leite vegetal + pão integral s/ leite com creme vegetal		Leite vegetal com banana + biscoito de polvilho salgado s/ leite		KCAL 626,35		Kcal	KCAL		
		Arroz + feijão preto + frango ao molho com ovo + laranja		Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana		Arroz + feijão preto + frango sassami ao molho + salada de alface + ponkan		Arroz + feijão preto + quibe assado + salada de repolho + mamão		CHO 126,34		g	CHO		
Almoço 10:30H/1:00H		Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + laranja		Arroz + feijão preto + frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alface + maçã		Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana		Arroz + feijão preto + frango sassami ao molho + salada de alface + ponkan		CHO 126,34		g	CHO		
Lanche 14:00H/14:30H		Suco integral de uva + pipoca + maçã		Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + maçã		Vitamina de banana e abacate com leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite		Café com leite vegetal + pão integral s/ leite + creme vegetal		PTN 32,06		g	PTN		
										LIP 20,34		g	LIP		
MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ														MÉDIA NUTRI	
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA NUTRI		
7/8/2023		8/8/2023		9/8/2023		10/8/2023		11/8/2023							
Desjejum 7:30H/8:00H		Café com leite vegetal + biscoito de polvilho salgado s/ leite + maçã		Salada de frutas (mamão, banana, kiwi) com aveia		Chá com leite vegetal + pão integral s/ leite com creme vegetal		Leite vegetal com banana + biscoito de polvilho salgado s/ leite		KCAL 626,35		Kcal	KCAL		
		Arroz + feijão preto + frango ao molho com ovo + laranja		Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana		Arroz + feijão preto + frango sassami ao molho + salada de alface + ponkan		Arroz + feijão preto + quibe assado + salada de repolho + mamão		CHO 126,34		g	CHO		
Almoço 10:30H/1:00H		Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + laranja		Arroz + feijão preto + frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alface + maçã		Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana		Arroz + feijão preto + frango sassami ao molho + salada de alface + ponkan		CHO 126,34		g	CHO		
Lanche 14:00H/14:30H		Suco integral de uva + pipoca + maçã		Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + maçã		Vitamina de banana e abacate com leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite		Café com leite vegetal + pão integral s/ leite + creme vegetal		PTN 32,06		g	PTN		
										LIP 20,34		g	LIP		
MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ														MÉDIA NUTRI	
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA NUTRI		
7/8/2023		8/8/2023		9/8/2023		10/8/2023		11/8/2023							
Desjejum 7:30H/8:00H		Café com leite vegetal + biscoito de polvilho salgado s/ leite + maçã		Salada de frutas (mamão, banana, kiwi) com aveia		Chá com leite vegetal + pão integral s/ leite com creme vegetal		Leite vegetal com banana + biscoito de polvilho salgado s/ leite		KCAL 626,35		Kcal	KCAL		
		Arroz + feijão preto + frango ao molho com ovo + laranja		Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana		Arroz + feijão preto + frango sassami ao molho + salada de alface + ponkan		Arroz + feijão preto + quibe assado + salada de repolho + mamão		CHO 126,34		g	CHO		
Almoço 10:30H/1:00H		Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + laranja		Arroz + feijão preto + frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alface + maçã		Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana		Arroz + feijão preto + frango sassami ao molho + salada de alface + ponkan		CHO 126,34		g			

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

Elija Marcia Toledo Faria Vicente  
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO  
Nº2321

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

I. Ediane Correa Costa Siqueira  
CPQ 8º REGIÃO nº 6083  
Coordenadora Operacional

Miriam Resende Gonçalves  
CPQ 8º REGIÃO nº 10929  
Nutricionista Coordenadora Operacional

CARDÁPIO ESCOLAS INTEGRAIS – CARDÁPIO AGOSTO/2023

APLV

SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA 5 NUTRI
21/8/2023		22/8/2023	23/8/2023	24/8/2023	29/8/2023		
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite vegetal + pão fritoado s/ leite com creme vegetal	Vitamina de mamão e maçã com leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite	Suco integral de maçã + bolo de tubá s/ leite + pontkan	Café com leite vegetal + biscoito salgado integral s/ leite + banana	Suco integral de uva + pão s/ leite com ovo mexido + açaço + cenoura + bolo de laranja s/ leite	KCAL 932,21	Kcal KCAL
Almooço 10:30H/1:00H	Arroz integral + feijão preto + carne moída ao molho com legumes (cenoura e batata salsa) + salada de repolho + maçã	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + laranja	Arroz + feijão preto + omelete assado + cenoura e ervilha refogadas + mamão	Arroz + feijão carioca + peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de açaço	Macarrão com carne moída +salada de tomate + pontkan	CHO 126,35	g CHO
Lanche 14:00H/14:30H	Suco integral de Uva + Sanduiche de pão fritoado s/ leite + creme vegetal + tomate + açaço	Chá com leite vegetal + pão fritoado s/ leite com creme vegetal	Iogurte vegano morango+ biscoito doce integral s/ leite + banana	Salada de frutas (mamão, banana, kiwi) com avela	Suco integral de uva + pão s/ leite com ovo mexido + açaço + cenoura + bolo de laranja s/ leite	PTN 31,27	g PTN
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	
28/8/2023		29/8/2023	30/8/2023	31/8/2023			
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite vegetal + biscoito de polvilho s/ leite + maçã	Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + laranja	Suco integral de Uva + Sanduiche de pão fritoado s/ leite + creme vegetal + tomate + açaço	Vitamina de abacate+banana com leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite		KCAL 566,93	Kcal KCAL
Almooço 10:30H/1:00H	Risoto de frango (frango,cenoura, batata,milho) + salada de pepino c/ tomate + laranja	Arroz integral + feijão carioca + carne ao molho + purê de batatas s/ leite + salada de beterraba	Macarrão parafuso + frango ao molho destiado + salada de couve flor + maçã	Arroz + feijão preto + bolinho de carne ao molho + salada de avelga + pontkan		CHO 124,57	g CHO
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + maçã	Leite vegetal com mamão + biscoito de polvilho salgado s/ leite	Canjica com leite vegetal + banana	Leite vegetal com banana + bolo de cenoura sem cobertura s/ leite		PTN 21,35	g PTN
						LIP 22,39	g LIP

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

Ligia Maria 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 Sobello  
CRN 8º REGIÃO nº 6043  
Coordenadora Operacional

Mariana Revellim Gonçalves  
CRN 8º REGIÃO nº 14939  
Nutricionista Coordenadora Operacional