

## 33

Página 1



## SÍNDROME DO INTESTINO IRRITÁVEL

	SEGUNDA 18/9/2023	TERÇA 19/9/2023	QUARTA 20/9/2023	QUINTA 21/9/2023	SEXTA 22/9/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TÃOZE
Desjejum 7:30H/8:00H	Leite s/ lactose com cacau + pão integral s/ lactose com margarina s/ lactose	Suco de maçã + pão s/ lactose com ovo + pera sem casca	Suco de maçã + salada de frutas (banana, maçã e pera) com aveia	Suco de maçã + torta de legumes com aveia s/ leite + maçã	Chá erva doce/cidreira + bolo de fubá s/ lactose	KCAL 851,28 CHO 126,84 PTN 39,15 LIP 20,46	KCAL 852,42 CHO 117,23 PTN 42,16 LIP 19,42
Almooço 10:30H/11:00H	Arroz + feijão com culos de carne bovina + farofa de cenoura + pera sem casca	Arroz + caldo de feijão carioca + frango ao molho com legumes (cenoura e abobrinha) + salada de acelga + maçã sem casca	Arroz + caldo de feijão preto + ovos mexidos + abóbora refogada + melancia	Arroz colorido (cheiro verde+cenoura) + caldo de feijão carioca + peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alface	Arroz + caldo de feijão preto + carne moída ao molho + purê de batatas s/ leite + salada de tomate + banana	CALCIO 501,62 FERRO 3,95 VITAMINA A 501,46 VITAMINA C 32,02	CALCIO 482,16 FERRO 4,09 VITAMINA A 487,52 VITAMINA C 39,16
Lanche 14:00H/14:30H	Suco integral de maçã + biscoito polvilho sem lactose + maçã sem casca	Chá erva doce/cidreira + pão integral s/ lactose + margarina s/ lactose	Leite s/ lactose com maçã + bolo de cenoura sem cobertura s/ lactose	Leite s/ lactose com banana + salada de frutas (maçã, pera, banana) com aveia	Suco de maçã + pão s/ lactose com ovo + maçã sem casca	VITAMINA A 501,46 VITAMINA C 32,02	VITAMINA A 487,52 VITAMINA C 39,16
Jantar 16:00H/16:30H	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + banana	Polenta + carne moída ao molho + salada de acelga	Purê de batatas s/ leite + frango ao molho + salada de cenoura + maçã sem casca	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída) + salada de acelga + maçã sem casca	Quirera com frango ao molho + abobrinha refogada + banana	VITAMINA A 501,46 VITAMINA C 32,02	VITAMINA A 487,52 VITAMINA C 39,16
	SEGUNDA 26/9/2023	TERÇA 26/9/2023	QUARTA 27/9/2023	QUINTA 28/9/2023	SEXTA 29/9/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TÃOZE
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de maçã + pão fatiado integral s/ lactose com margarina s/ lactose	Chá erva doce/cidreira + pão integral s/ lactose + margarina s/ lactose	Suco de maçã + pão s/ lactose com ovo + maçã sem casca	Vitamina de abacate e banana com leite s/ lactose + biscoito doce integral s/ lactose	Suco integral de maçã + pão s/ lactose com carne moída + alface+ cenoura + bolo de chocolate s/ lactose	KCAL 889,47 CHO 139,46 PTN 46,15 LIP 20,61	KCAL 759,46 CHO 99,31 PTN 44,15 LIP 20,46
Almooço 10:30H/11:00H	Arroz + caldo de feijão carioca + frango sassami ao molho + salada de acelga + maçã sem casca	Arroz colorido (cheiro verde+cenoura) + caldo de feijão preto + quibe assado + salada de tomate + banana	Arroz integral + caldo de feijão carioca + sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de tomate + maçã sem casca	Arroz + caldo de feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de tomate + banana	Macarrão parafuso com frango ao molho desfiado + salada de acelga + maçã sem casca	CALCIO 400,15 FERRO 5,04 VITAMINA A 394,01	CALCIO 396,16 FERRO 4,96 VITAMINA A 506,15
Lanche 14:00H/14:30H	Leite s/ lactose com maçã + biscoito de polvilho s/ lactose	Suco de maçã + torta de legumes com aveia s/ leite + maçã sem casca	Vitamina de abacate e banana com leite s/ lactose + biscoito doce integral s/ lactose	Suco de maçã + pão s/ lactose com margarina s/ lactose	Suco integral de maçã + pão s/ lactose com carne moída + alface+ cenoura + bolo de chocolate s/ lactose	Mg 9 Mg 9 Mg 9	Mg 9 Mg 9 Mg 9
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz carreteiro (batata, cenoura, carne iscas) + salada alface com tomate	Sopa de frango + mandioca + cenoura + abobrinha + banana	Macarrão com carne moída + cenoura refogado + pera sem casca	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + maçã sem casca	Purê de batatas s/ leite + carne moída ao molho + salada de abobrinha + banana	Mg 30,45 VITAMINA C 30,45	Mg 42,13 VITAMINA C 42,13
Observações: dieta: leite s/ lactose + S/ laticínios + S/ café e chá mate + Frutas e legumes Obesitantes + S/ Frutas Cítricas + S/ grãos + S/ milho + S/ Fermentativos (repolho, brócolis, couve flor, baterraba e pepino)							ALUNO
CMEI							MIGUEL AUGUSTO B. TEIXEIRA DA SILVA
CEI RAINHA DA PAZ							
Patricia dos Santos Alves Garcia Mãe Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781							Ligia Mariana Toledo Faria Vicente Mãe Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321
Camile Consentino de Carvalho Mãe Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102							Leticia Carla Costa Soghe CRN 8º REGIÃO Nº 603 (Coordenadora Pedagógica)
							Mariana Revellin Gonçalves CRN 8º REGIÃO Nº 14920 (Secretaria Coordenadora Operacional)