

## CONSTIPAÇÃO INTESTINAL CRÔNICA

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA 11/9/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÃ			
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TADRE	
Desjejum 7:30H/8:00H					Suco polpa maracujá + torte de legumes com aveia s/ leite	KCAL	996,12	KCAL	691,38
						CHO	123,52	CHO	102,03
Almoço 10:30H/11:00H					Arroz integral + feijão carioca + omelete assado + espinafre + cenoura e couve flor + laranja	PTN	43,26	PTN	30,04
						LIP	27,64	LIP	14,52
Lanche 14:00H/14:30H					Logurte vegano com morango e banana batido	CALCIO	516,24	CALCIO	593,16
						FERRO	5,01	FERRO	5,06
Jantar 16:00H/16:30H					Risoto de frango com arroz integral (batata, cenoura, frango e milho) + rúcula + salada de beterraba + maçã	VITAMINA A	412,53	VITAMINA A	483,02
						VITAMINA C	70,63	VITAMINA C	39,25
	SEGUNDA 4/9/2023	TERÇA 5/9/2023	QUARTA 6/9/2023	QUINTA 7/9/2023	SEXTA 8/9/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÃ			
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco integral de uva + panqueca colorida de cenoura s/ leite	Chá erva doce/cidreira + bolo de banana sem aplicar s/ leite + laranja	Logurte vegano com morango e banana batido			KCAL	1046,25	KCAL	745,20
						CHO	130,65	CHO	106,52
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral + feijão preto + carne bovina ao molho + quirena + couve + salada de beterraba	Arroz integral + feijão carioca + frango assado (sobrecoxa) + milho e cenoura refogados + rúcula + tangerina	Arroz integral + feijão preto + bolinho de carne ao molho + salada de acelga + melão			PTN	48,52	PTN	33,64
						LIP	29,65	LIP	18,25
Lanche 14:00H/14:30H	Vitamina de maçã + mamão com aveia com leite vegetal	Suco integral de uva + panqueca colorida de beterraba s/ leite	Suco integral de uva + salada de frutas (mamão, banana, maçã)			CALCIO	408,52	CALCIO	205,45
						FERRO	7,02	FERRO	5,98
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + laranja	Arroz integral carreteiro (batata, cenoura, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de repolho c/ tomate + melão	Potenta + frango ao molho + salada de acelga + mamão			VITAMINA A	460,25	VITAMINA A	456,25
						VITAMINA C	70,54	VITAMINA C	50,46
	SEGUNDA 11/9/2023	TERÇA 12/9/2023	QUARTA 13/9/2023	QUINTA 14/9/2023	SEXTA 15/9/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÃ			
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho s/ leite + maçã	Vitamina de maçã + mamão com aveia com leite vegetal	Suco integral de uva + salada de frutas (mamão, banana, morango)	L Leite vegetal com mamão + laticoca com coco	Suco integral de uva + panqueca colorida de cenoura s/ leite	KCAL	896,25	KCAL	746,25
						CHO	84,25	CHO	101,45
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral + feijão carioca + frango sassami grelhado + salada de acelga + manga	Arroz integral + feijão preto + barrado + farofa de banana + salada de tomate e cebola + laranja	Arroz integral colorido + feijão carioca + peixe ao molho + pão do molho de peixe + salada de alicce	Arroz integral + feijão preto + carne moída com legumes (cenoura e chuchu) + salada de alicce + melancia	Arroz integral + feijão carioca + frango ao molho + jardineira de legumes (cenoura, couve flor e brócolis) + mamão	PTN	46,25	PTN	43,23
						LIP	32,15	LIP	15,02
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + melão	Creme de banana com cacau e leite vegetal	Suco integral de uva + panqueca colorida de cenoura s/ leite	Mingau de aveia com banana com leite vegetal	Suco polpa maracujá + torte de legumes com aveia s/ leite	CALCIO	468,25	CALCIO	364,25
						FERRO	7,12	FERRO	6,15
Jantar 16:00H/16:30H	Quirena + carne moída ao molho + abobrinha refogada + laranja	Macarrão integral com frango + brócolis c/ cenoura refogada	Sopa de feijão (batata, batata saia, cenoura, carne) + couve + maçã	Risoto de frango com arroz integral (batata, cenoura, frango, milho) + rúcula + salada de pepino c/ tomate + manga	Potenta com almondegas ao molho + brócolis + salada de beterraba + melancia	VITAMINA A	450,16	VITAMINA A	602,15
						VITAMINA C	70,48	VITAMINA C	67,45

Observações: Fibras e leite vegetal

CMEI

ZULEIDE

ALUNO

DANNA PIRES ARISTOTELES MEDEIROS

Patrícia dos Santos Alves Garcia

Ligia Miriam Toledo Faria Vicente

Camille Consentino de Carvalho

Lidiane Correa Com Saúde

Mariana Revellin Gonçalves

Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 781

Mat. Funcional nº 1114b CRN 8º REGIÃO Nº 2321

Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102

CRN 8º REGIÃO nº 9381

CRN 8º REGIÃO nº 1499

CRN 8º REGIÃO nº 1499


Núcleo de Apoio à Gestão





CONSTIPAÇÃO INTESTINAL CRÔNICA


	SEGUNDA 18/9/2023	TERÇA 19/9/2023	QUARTA 20/9/2023	QUINTA 21/9/2023	SEXTA 22/9/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de uva integral + panqueca colorida de beterraba s/ leite	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + laranja	logurite vegano com morango e banana batido	Suco polpa maracujá + torta de legumes com aveia s/ leite	Creme de banana + cacau + leite vegetal	KCAL 1089,26	Kcal 9	KCAL 975,14	Kcal 9
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz integral + feijão com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + laranja	Arroz integral + feijão carioca + frango ao molho com legumes (cenoura e abobrinha) + salada de beterraba + maçã	Arroz integral + feijão preto + ovos mexidos + abóbora refogada + melancia	Arroz integral colorido + feijão carioca + peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alface	Arroz integral + feijão preto + carne moída ao molho + purê de batatas s/ leite + salada de brócolis + banana	PTN 60,25	g 9	PTN 51,45	g 9
Lanche 14:00H/14:30H	Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho s/ leite + maçã	logurite vegano com morango e banana batido	Chá erva doce/cidreira + bolo de banana sem açúcar s/ leite + mamão	Suco integral de uva + salada de frutas (mamão, banana, morango)	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + manga	CALCIO 495,12	Mg 9	CALCIO 328,45	Mg 9
Jantar 16:00H/16:30H	Canja (Arroz integral, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve + melão	Polenta + carne moída ao molho + salada de acelga	Purê de batatas s/ leite + frango ao molho + couve refogada + salada de cenoura + maçã	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de acelga + laranja	Quirera com frango ao molho + abobrinha refogada + agrião + mamão	FERRO 8,46	Mg 9	FERRO 8,12	Mg 9
SEGUNDA 28/9/2023						VITAMINA A 506,15	Mcg 9	VITAMINA A 741,25	Mcg 9
QUARTA 27/9/2023						VITAMINA C 80,45	Mg 9	VITAMINA C 105,25	Mg 9
TERÇA 26/9/2023						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco integral de uva + salada de frutas (mamão, melão, laranja)	Leite vegetal com mamão + panqueca de banana com aveia s/ leite	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + melão	Vitamina de abacate e banana com aveia com leite vegetal	Suco integral de uva + panqueca colorida de cenoura s/ leite	KCAL 1123,56	Kcal 9	KCAL 952,16	Kcal 9
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz integral + feijão carioca + frango sassami ao molho + salada de acelga + melão	Arroz integral colorido + feijão preto + quibe assado + espinafre + salada de repolho + laranja	Arroz integral + feijão carioca + sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + maçã	Arroz integral + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + ricota + salada de tomate + manga	Macarrão parafuso integral com frango ao molho desfiado + salada de beterraba + mamão	PTN 55,14	g 9	PTN 46,02	g 9
Lanche 14:00H/14:30H	Leite vegetal com mamão + tapioca de coco	Suco polpa maracujá + torta de legumes com aveia s/ leite	Vitamina de abacate e banana com aveia com leite vegetal	Suco de uva integral + panqueca colorida de beterraba s/ leite	Leite vegetal com maçã + panqueca de banana com aveia s/ leite	LIP 26,01	g 9	LIP 18,25	g 9
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz integral carreteiro (batata, cenoura, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de repolho com tomate	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + Tangerina	Macarrão integral com carne moída + brócolis refogado + melão	Canja (Arroz integral, frango, abobrinha, cenoura, batata) + mamão	Purê de batatas s/ leite + carne moída ao molho + salada de abobrinha + manga	CALCIO 593,14	Mg 9	CALCIO 449,02	Mg 9
OBSERVAÇÕES: Fibras e leite vegetal						FERRO 6,56	Mg 9	FERRO 7,05	Mg 9
						VITAMINA A 450,69	Mcg 9	VITAMINA A 593,02	Mcg 9
						VITAMINA C 50,25	Mg 9	VITAMINA C 50,45	Mg 9


CMEI ZULEIDE ALUNO DANA PIRES ARISTOTELES MEDEIROS

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

  
Ligia Marcia Toledo Faria Vicente  
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321

  
Camile Conzemino de Carvalho  
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102

  
Lediane Carreira Costa Nogueira  
CRN 8º REGIÃO nº 6010  
Coordenadora Operacional

  
Mariana Revellano Gonçalves  
CRN 8º REGIÃO nº 14920  
Nutricionista Especialista Operacional