

## APLV+S/ GLÚTEN+S/ BANANA+S/ OVO+S/ SOJA+S/ AMENDOIM+S/ TOMATE+S/ MILHO

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA 19/9/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H					Suco polpa morango + pão s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja com creme vegetal + maçã	786,21	9	750,15	9
						CHO	102,36	CHO	101,45
Almoco 10:30H/11:00H					Arroz + feijão carioca + frango ao molho + cenoura e couve flor refogados + laranja	PTN	46,21	PTN	44,26
						LIP	18,59	LIP	19,62
Lanche 14:00H/14:30H					Ingurte morango vegano s/ soja + biscoito doce integral s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja + laranja	CALCIO	301,22	CALCIO	453,12
						FERRO	3,15	FERRO	4,02
Jantar 16:00H/16:30H					Risoto de frango (batata, cenoura, frango) + rúcula + salada de beterraba + maçã	VITAMINA A	402,56	VITAMINA A	452,36
						VITAMINA C	40,12	VITAMINA C	50,63
	SEGUNDA 4/9/2023	TERÇA 5/9/2023	QUARTA 6/9/2023	QUINTA 7/9/2023	SEXTA 8/9/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite vegetal + pão integral s/ leite s/ glúten s/ soja com creme vegetal	Leite vegetal com mamão + bolo de cenoura sem cobertura s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja	Ingurte morango vegano s/ soja + biscoito doce integral s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja + mamão			KCAL	982,45	KCAL	846,25
						CHO	125,02	CHO	110,21
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz + feijão preto + carne bovina ao molho + pure de batatas s/ leite + salada de beterraba	Arroz + feijão carioca + frango assado (sobrecoxa) + abobrinha e cenoura refogados + laranja	Arroz + feijão preto + bolinho de carne ao molho s/ ovos s/ soja s/ glúten + salada de acelga + melão			PTN	64,25	PTN	59,26
						LIP	23,62	LIP	20,14
Lanche 14:00H/14:30H	Leite vegetal com cacau 70% + pão s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja com creme vegetal	Chá com leite vegetal + pão integral s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja + creme vegetal	Suco integral de maçã + bolo s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja + laranja	FERIADO		CALCIO	410,62	CALCIO	406,14
						FERRO	6,46	FERRO	4,65
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + laranja	Arroz carreteiro (batata, cenoura, carne liscas, ervilha) + salada de repolho c/ acelga + melão	Macarrão s/ glúten s/ ovos s/ soja + frango ao molho + salada de acelga + mamão			VITAMINA A	410,25	VITAMINA A	410,55
						VITAMINA C	39,64	VITAMINA C	40,21
	SEGUNDA 11/9/2023	TERÇA 12/9/2023	QUARTA 13/9/2023	QUINTA 14/9/2023	SEXTA 15/9/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite vegetal + biscoito salgado integral s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja + maçã	Suco polpa maracujá + pão integral s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja com creme vegetal	Café com leite vegetal + biscoito salgado integral s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja + melão	Suco integral de maçã + bolo s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja + mamão	Suco integral de uva + sanduíche de pão fatiado s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja + creme vegetal + alicia	KCAL	801,52	KCAL	912,12
						CHO	115,45	CHO	125,46
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz + feijão carioca + frango sassami grelhado + salada de acelga + manga	Arroz + feijão preto + barrado + mandioca refogada + salada de alicia e cebola + laranja	Arroz colorido + feijão carioca + peixe ao molho + abobrinha e cenoura refogadas + salada de alicia	Arroz + feijão preto + carne moída com legumes (cenoura e chuchu) + salada de alicia + melancia	Arroz + feijão carioca + frango ao molho + jardineira de legumes (cenoura, couve flor e brócolis) + mamão	PTN	50,16	PTN	46,25
						LIP	19,46	LIP	21,45
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de abacaxi natural + pão s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja com frango desfiado + melão	Café com leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja + maçã	Chá com limão + Sanduíche de pão fatiado s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja + creme vegetal + alicia	Ingurte morango vegano s/ soja + biscoito doce integral s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja + laranja	Suco polpa morango + pão s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja com creme vegetal + melão	CALCIO	486,12	CALCIO	460,36
						FERRO	4,05	FERRO	4,52
Jantar 16:00H/16:30H	Batata refogada + carne moída ao molho + abobrinha refogada + laranja	Macarrão s/ glúten s/ ovos s/ soja com frango + brocolis c/ cenoura refogada	Sopa de feijão (batata, batata salta, cenoura, carne) + couve + maçã	Risoto de frango (batata, cenoura, frango) + rúcula + salada de repolho c/ alicia + manga	Purê de batatas s/ leite com almondegas ao molho s/ ovos s/ glúten s/ soja + salada de beterraba + melancia	VITAMINA A	401,56	VITAMINA A	405,92
						VITAMINA C	50,64	VITAMINA C	48,26

Observações: Os utensílios para preparação e servimento da merenda deverão ser individualizados, inclusive a esponja para higienização. Molho de cenoura e beterraba conforme acetificação. Pães, bolos, biscoitos e massas sem traços de soja e amendoim.

CMEI

JUVELINA

ALUNO

ISADORA LUIZA LAUFER

Patricia dos Santos Alves Garcia  
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º  
REGIÃO Nº 1781

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

Camille Consistentio de Carvalho  
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º  
REGIÃO Nº 1029juna 1

Ediane Cândia Costa Araújo  
CPN nº 0031444-6/2019  
Nutricionista registrada no Conselho Regional de Nutrição nº 1029juna 1

Márcia Rosalinda Gonçalves  
CRN 8º 0031444-6/2019  
Nutricionista registrada no Conselho Regional de Nutrição nº 1029juna 1



	SEGUNDA 18/9/2023	TERÇA 19/9/2023	QUARTA 20/9/2023	QUINTA 21/9/2023	SEXTA 22/9/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÃO			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TAMBÉ		
						KCAL	Kcal	KCAL	KCAL	Kcal	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H	Leite vegetal com cacau + pão integral s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja com creme vegetal	Suco de abacaxi natural + pão s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja com carne desfiada + laranja	logure de coco vegano s/ soja + salada de frutas (mamão, maçã, morango)	Suco polpa morango + pão s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja com creme vegetal + maçã	Café com leite vegetal + bolo de laranja s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja	CHO	123,25	9	CHO	105,16	9
Almôço 10:30H/1:00H	Arroz + feijão com cubos de carne bovina + mandioca refogada + laranja	Arroz + feijão carioca + frango ao molho com legumes (cenoura e abobrinha) + salada de beterraba + maçã	Arroz + feijão preto + carne ao molho + abóbora refogada + melancia	Arroz colorido + feijão carioca + peixe ao molho + chuchu e cenoura refogados + salada de alface	Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + purê de batatas s/ leite + salada de brócolis + maçã	PTN	40,15	9	PTN	40,15	9
Lanche 14:00H/14:30H	Suco integral de uva + pão s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja com creme vegetal + maçã	Café com leite vegetal + pão integral s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja + creme vegetal	Leite vegetal com maçã + bolo de cenoura sem cobertura s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja	logure de coco vegano s/ soja + salada de frutas (mamão, laranja, morango)	Suco de abacaxi natural + pão s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja com carne desfiada + manga	CALCIO	501,63	Mg	CALCIO	498,05	Mg
Jantar 16:00H/16:30H	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + melão	Macarrão s/ glúten s/ ovos s/ soja + carne moída ao molho + salada de azeitona	Pure de batatas s/ leite + frango ao molho + salada de cenoura + maçã	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de azeitona + laranja	Macarrão s/ glúten s/ soja s/ leite s/ soja com frango ao molho + abobrinha refogada + mamão	FERRO	5,06	Mg	FERRO	4,96	Mg
	SEGUNDA 25/9/2023	TERÇA 26/9/2023	QUARTA 27/9/2023	QUINTA 28/9/2023	SEXTA 29/9/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÃO			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TAMBÉ		
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco polpa maracujá + pão fatiado integral s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja com creme vegetal	Chá com leite vegetal + pão integral s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja + creme vegetal	Suco de abacaxi natural + pão s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja com carne desfiada + melão	Vitamina de abacate e maçã com leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja	Suco integral de uva + pão s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja com carne moída + alface+ cenoura + bolo de chocolate s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja	KCAL	925,31	Kcal	KCAL	910,52	Kcal
Almôço 10:30H/1:00H	Arroz + feijão carioca + frango sassami ao molho + salada de azeitona + melão	Arroz colorido + feijão preto + carne moída refogada + salada de repolho + laranja	Arroz integral + feijão carioca + sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + maçã	Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + batata refogada + salada de beterraba + manga	Macarrão s/ glúten s/ ovos s/ soja com frango ao molho desfiado + salada de beterraba+ mamão	CHO	132,02	9	CHO	106,45	9
Lanche 14:00H/14:30H	Leite vegetal com mamão + biscoito de polvilho s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja	Suco polpa morango + pão s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja com creme vegetal + maçã	Vitamina de abacate com leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja	Suco polpa maracujá + pão s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja com creme vegetal	Suco integral de uva + pão s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja com carne moída + alface+ cenoura + bolo de chocolate s/ leite s/ glúten s/ ovos s/ soja	PTN	46,51	9	PTN	47,52	9
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz carreteiro (batata, cenoura, carne iscas, ervilha) + salada repolho com beterraba	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + tangerina	Macarrão s/ glúten s/ ovos s/ soja com carne moída + brócolis refogado + melão	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + mamão	Pure de batatas s/ leite + carne moída ao molho + salada de abobrinha + manga	LIP	20,41	g	LIP	20,14	g
						CALCIO	395,12	Mg	CALCIO	403,62	Mg
						FERRO	4,21	Mg	FERRO	4,95	Mg
						VITAMINA A	410,32	Mcg	VITAMINA A	403,25	Mcg
						VITAMINA C	32,14	Mg	VITAMINA C	40,25	Mg

Observações: Os utensílios para preparação e servimento da merenda deverão ser individualizados. Inclusive a esponja para higienização. Molho de cenoura e beterraba conforme aceitação. Pães, bolos, biscoitos e massas sem traços de soja e amendoim.

CMEI

JUVELINA

ALUNO

ISAORA LUIZA LAUFER

Patricia dos Santos Alves Garcia  
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO  
Nº 1781Ligia Maria Toledo Faria Vicente  
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO  
Nº 2321Camile Consentino de Carvalho  
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO  
Nº 1102Lilianne Correa Costa Stiehl  
CRN 8º REGIÃO nº 6181  
Coordenadora OperacionalMariana Revellino Gonçalves  
CRN 8º REGIÃO nº 14920  
Monitoria de Controle Operacional