

SEM PEIXE

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
	03/abr	04/abr	05/abr	06/abr	07/abr				
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural+ pão+ c/ovo + péra	Café com leite + pão +queijo e margarina	Vitamina de frutas (banana+abacate) + biscoito doce integral	Suco integral de uva + pão fatiado + queijo + tomate + alicace + pipoca salgada + bolo de laranja	FERIADO	KCAL	989,56	KCAL	472,96
						CHO	146,85	CHO	71,13
						PTN	37,24	PTN	28,19
Merenda Manhã 10:00H Merenda Tarde 15:00H	Arroz/ feijão preto, Frango ao molho com legumes ( batata com abobrinha), salada de alicage + maçã	Arroz, feijão carioca, quibe assado , salada repolho + banana	Arroz, feijão preto, Ovos mexidos , Abóbora refogada + caqui	Macarrão parafruso, frango ao molho destiçado, salada de alicace + pontkan		LIP	27,50	LIP	11,47
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
	10/abr	11/abr	12/abr	13/abr	14/abr				
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite + biscoito salgado integral + maçã	Vitamina de frutas (maçã+mamão) + biscoito doce integral	Leite com maçã+Bolo cenoura sem cobertura	Suco integral de uva + pão com requeijão	Café com leite + pão com margarina + queijo + pontkan	KCAL	885,31	KCAL	449,14
						CHO	128,90	CHO	63,92
						PTN	35,38	PTN	25,67
Merenda Manhã 10:00H Merenda Tarde 15:00H	Arroz, feijão preto, Carne ao molho, purê de batatas, salada beterraba + laranja	Arroz integral, feijão carioca, frango ao molho, farofa, salada de couve flor	Arroz, feijão preto, Frango (sassami) grelhado, salada de abobrinha + melancia	Arroz, feijão carioca, Barreado, farinha mandioca + salada tomate e cebola+ banana	Arroz, feijão preto, Sobrecoca ao molho com cenoura, salada de brócolis + mamão	LIP	25,01	LIP	11,28
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
	17/abr	18/abr	19/abr	20/abr	21/abr				
Desjejum 7:30H/8:00H	logurete morango+ biscoito doce integral + banana	Chá com leite + pão + manteiga	Salada de frutas (laranja, mamão, banana) com aveia	Suco integral de maçã+ bolo de fuba + caqui	FERIADO	KCAL	879,00	KCAL	478,37
						CHO	144,39	CHO	76,00
						PTN	19,29	PTN	22,33
Merenda Manhã 10:00H Merenda Tarde 15:00H	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) salada de beterraba + mamão	Arroz, feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados(abobrinha + cenoura) + maçã	Arroz, feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alicace +pera	Arroz integral, feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura, chuchu)+ banana		LIP	22,82	LIP	11,57
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
	24/abr	25/abr	26/abr	27/abr	28/abr				
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite + pão + manteiga	Suco de abacaxi natural+ pão+ c/ovo + péra	Leite com banana + Bolo cenoura sem cobertura	logurete morango+ biscoito doce integral + banana	Suco integral de uva, pão com ovo mexido, alicace,cenoura ralada + bolo de laranja	KCAL	1038,53	KCAL	497,72
						CHO	155,94	CHO	71,40
						PTN	37,66	PTN	27,71
Merenda Manhã 10:00H Merenda Tarde 15:00H	Arroz, Feijoad com cubos de carne bovina, Farinha de mandioca + laranja	Arroz, feijão carioca, Frango (sassami) ao molho, salada de alicace + caqui	Arroz, feijão preto, Bolinho de carne ao molho, salada alicage + maçã	Arroz, feijão carioca, Frango assado (sobrecoca) creme de milho + mamão	Macarrão com molho de carne moída, salada de couve flor + banana	LIP	30,73	LIP	13,88

Aluna: Geovana Mayra Gonçalves – Apae

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

PM

Ligia Marcha Toledo Faria Vicente  
Mat Funcional nº 11166 CRN 8º REGIÃO  
Nº2321

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

OC

Lidiane Correia Costa Soefila  
CRN 8º REGIÃO 6303 Coordenadora Operacional

BCS.

Mariana Revellino Gonçalves  
CRN 8 14520 P  
Nutricionista

Mariana Revellino Gonçalves

Grupo Riscotolândia