



INTOLERÂNCIA A LACTOSE

	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 s/ lactose+ com ovo + pera	Café com leite s/ lactose + pão s/ lactose + margarina s/ lactose + queijo s/ lactose	Vitamina de frutas (banana+abacate) c/leite s/ lactose+ biscoito doce integral s/lactose	Suco de uva integral + pão s/ lactose + queijo s/ lactose + tomate + alface + pipoca salgada + bolo de laranja s/ lactose	FERIADO	KCAL	892,84	Kcal	KCAL	4172,96	Kcal
						CHO	122,21	g	CHO	71,13	g
						PTN	33,73	g	PTN	26,21	g
Merenda Manhã 10:00H Merenda Tarde 15:00H	Arroz/ feijão preto, Frango ao molho com legumes (batata com abobrinha), salada de acelga + maçã	Arroz, feijão carioca, quibe assado , salada repolho + banana	Arroz, feijão preto, Ovos mexidos , Abóbora refogada + caqui	Macarrão parafruso, frango ao molho desfiado, salada de alface + ponkan	LIP	38,42	g	LIP	11,47	g	
	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 s/ lactose + Biscoito salgado integral s/lactose + maçã	Vitamina de frutas (maçã+mamão) c/leite s/ lactose+ biscoito doce integral s/lactose	Leite s/ lactose com maçã+Bolo cenoura sem cobertura s/lactose	Suco integral de uva + pão s/ lactose com requeijão s/ lactose	Café com Leite s/ lactose + pão s/ lactose com queijo s/ lactose + margarina s/ lactose + ponkan	KCAL	830,90	Kcal	KCAL	457,90	Kcal
						CHO	126,08	g	CHO	68,65	g
Merenda Manhã 10:00H Merenda Tarde 15:00H	Arroz, feijão preto, Carne ao molho, purê de batatas s/ leite, salada beterraba + laranja	Arroz integral, feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, 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, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + mamão	PTN	34,05	g	PTN	25,06	g
						LIP	22,92	g	LIP	10,23	g
	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	logurte morango s/lactose + biscoito doce integral s/lactose + banana	Chá com Leite s/ lactose + pão s/ lactose + manteiga s/ lactose	Salada de frutas (laranja, mamão, banana) com aveia	Suco integral de maçã+ bolo de fubá s/lactose + caqui	FERIADO	KCAL	786,24	Kcal	KCAL	478,37	Kcal
						CHO	133,42	g	CHO	76,00	g
						PTN	19,29	g	PTN	21,02	g
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 alface +pera	Arroz integral, feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura, chuchu)+ banana	LIP	24,04	g	LIP	11,57	g	
	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 s/ lactose + pão s/ lactose + manteiga s/ lactose	Suco de abacaxi natural+ pão s/ lactose+ com ovo + pera	Leite s/ lactose com banana + Bolo cenoura sem cobertura s/ lactose	logurte morango s/lactose + biscoito doce integral s/lactose + banana	Suco integral de uva, pão s/ lactose com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo de laranja s/ lactose	KCAL	917,41	Kcal	KCAL	449,26	Kcal
						CHO	132,19	g	CHO	68,70	g
Merenda Manhã 10:00H Merenda Tarde 15:00H	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina, Farinha de mandioca + laranja	Arroz, feijão carioca, Frango (sassami) ao molho, salada de alface + caqui	Arroz, feijão preto, Bolinho de carne ao molho, salada acelga + maçã	Arroz, feijão carioca, Frango assado(sobrecoxa) milho e cenoura refogados + mamão	Macarrão com molho de carne moída, salada de couve flor + banana	PTN	31,87	g	PTN	24,55	g
						LIP	35,06	g	LIP	10,11	g

Patricia dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO
Nº17N1

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO
Nº2221

Camile Consentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7891 CRN 8º REGIÃO
Nº1102

Lidiane Correa Costa Stofella
CRN 8º REGIÃO 6303 Coordenadora Operacional

Mariana Revoltino Gonçalves
CRN 8 14920 P
Nutricionista
Grupo Risetolândia