



ESCOLA PARCIAL ESPECIAL- CARDÁPIO ABRIL/2023
INTOLERÂNCIA A LACTOSE



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
	03/abr	04/abr	05/abr	06/abr	07/abr				
Merenda Manhã 10:00H	Arroz/ feijão preto, Frango ao molho com legumes (batata e abobrinha), salada de acelga + maçã	Arroz, feijão carioca, quibe assado , salada repolho + banana	Vitamina de frutas (banana+abacate) c/leite s/lactose+ biscoito doce integral s/lactose	Suco integral uva, sanduiche de pão fatiado s/lactose+ queijo s/lactose + tomate+ alface + pipoca salgada + bolo de laranja s/lactose	FERIADO	KCAL	547,10	KCAL	547,10
						CHO	77,64	CHO	77,64
						PTN	19,06	PTN	19,06
						LIP	20,77	LIP	20,77
Merenda Tarde 15:00H	Arroz/ feijão preto, Frango ao molho com legumes (batata e abobrinha), salada de acelga + maçã	Arroz, feijão carioca, quibe assado , salada repolho + banana	Vitamina de frutas (banana+abacate) c/leite s/lactose+ biscoito doce integral s/lactose	Suco integral uva, sanduiche de pão fatiado s/lactose+ queijo s/lactose + tomate+ alface + pipoca salgada + bolo de laranja s/lactose					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	10/abr	11/abr	12/abr	13/abr	14/abr				
Merenda Manhã 10:00H	Arroz, feijão preto, Carne ao molho, purê de batatas s/leite, salada beterraba + laranja	Arroz, feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de couve-flor	Leite s/lactose com maçã+Bolo cenoura sem cobertura s/lactose	Arroz, feijão carioca, Barreado, farinha mandioca + salada tomate e cebola+ banana	Arroz, feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + mamão	KCAL	487,39	KCAL	487,39
						CHO	75,99	CHO	75,99
						PTN	21,63	PTN	21,63
						LIP	10,68	LIP	10,68
Merenda Tarde 15:00H	Arroz, feijão preto, Carne ao molho, purê de batatas s/leite, salada beterraba + laranja	Arroz, feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de couve-flor	Leite s/lactose com maçã+Bolo cenoura sem cobertura s/lactose	Arroz, feijão carioca, Barreado, farinha mandioca + salada tomate e cebola+ banana	Café com leite s/lactose + pão s/lactose + margarina s/lactose+ ponkan				
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	17/abr	18/abr	19/abr	20/abr	21/abr				
Merenda Manhã 10:00H	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) salada de beterraba + banana	Arroz, feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados(abobrinha e cenoura) + maçã	Salada de frutas (banana, laranja e mamão) com aveia	Arroz integral, Feijão carioca, Frango ao molho, Jardineira de legumes (brócolis, cenoura, chuchu) + banana	FERIADO	KCAL	388,27	KCAL	388,27
						CHO	63,97	CHO	63,97
						PTN	14,27	PTN	14,27
						LIP	9,23	LIP	9,23
Merenda Tarde 15:00H	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) salada de beterraba + banana	Arroz, feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados(abobrinha e cenoura) + maçã	Salada de frutas (banana, laranja e mamão) com aveia	Arroz integral, Feijão carioca, Frango ao molho, Jardineira de legumes (brócolis, cenoura, chuchu) + banana					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	24/abr	25/abr	26/abr	27/abr	28/abr				
Merenda Manhã 10:00H	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina, Farinha de mandioca + laranja	Arroz, feijão carioca, Frango (sassani) ao molho, salada de alface +caqui	Chá com leite s/lactose + pão s/lactose + manteiga s/lactose	Arroz , feijão carioca, Frango assado(sobrecoxa) milho e cenoura refogados + mamão	Suco integral de uva, pão s/lactose com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo de laranja s/lactose	KCAL	469,16	KCAL	469,16
						CHO	59,66	CHO	59,66
						PTN	16,40	PTN	16,40
						LIP	22,76	LIP	22,76
Merenda Tarde 15:00H	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina, Farinha de mandioca + laranja	Arroz, feijão carioca, frango (sassani) ao molho, salada de alface +caqui	Chá com leite s/lactose + pão s/lactose + manteiga s/lactose	Arroz , feijão carioca, Frango assado(sobrecoxa) milho e cenoura refogados + mamão	Suco integral de uva, pão s/lactose com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo de laranja s/lactose				

Aluna: Valentina de Souza Ventura - Escola Almirante

Patricia dos Santos Alves Garcia
Matr. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIAO
Nº1781

Ligia Marica Toledo Faria Vicente
Matr. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIAO
Nº2321

Camille Consentino de Carvalho
Matr. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIAO
Nº1102

Lidiane Correia Costa Soefia
CRN 8º REGIAO 6303 Condiciona
Operacional

Mariana Revellino Gonçalves
CRN 8 34920 P
Nutricionista
Grupo Risorolândia