

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
MERENDA MANHÃ 10h			logurte de morango + salada de frutas (maçã manga e mamão) com avelã	FERIADO	RECESSO	KCAL	307	Kcal	383
						CHO	52	g	63
						PTN	9	g	17
						LP	7	g	7
MERENDA TARDE 15h	SEGUNDA 6/11/2023	TERÇA 7/11/2023	QUARTA 8/11/2023	QUINTA 9/11/2023	SEXTA 10/11/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
MERENDA MANHÃ 10h	Leite com cacau (70%) + pão s/ ovos com requeijão	Suco de abacaxi natural + pão s/ ovos com frango desfiado + melão	Café com leite + bolo de laranja s/ ovos	Vitamina de frutas (abacate + banana) + biscoito doce integral s/ ovos	Suco integral de maçã + bolo de fubá s/ ovos + melancia	KCAL	294	Kcal	410
						CHO	53	g	59
						PTN	7	g	21
						LP	6	g	10
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e abóbora), salada de repolho + melancia	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de azeite + mamão	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho + quinoa + salada de beterraba + manga	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pão do molho de peixe, salada alicce	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	SEGUNDA 13/11/2023	TERÇA 14/11/2023	QUARTA 15/11/2023	QUINTA 16/11/2023	SEXTA 17/11/2023	KCAL	311	Kcal	456
						CHO	52	g	53
						PTN	10	g	24
						LP	7	g	12
MERENDA MANHÃ 10h	Chá com leite + pão s/ ovos com manteiga	Suco polpa de morango + tortã de legumes com avelã s/ ovos + laranja	FERIADO	logurte morango+ biscoito doce integral s/ ovos + banana	Café com leite + pão s/ ovos + queijo/margarina + maçã	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	SEGUNDA 20/11/2023	TERÇA 21/11/2023	QUARTA 22/11/2023	QUINTA 23/11/2023	SEXTA 24/11/2023	KCAL	308	Kcal	513
						CHO	50	g	78
						PTN	9	g	21
						LP	8	g	13
MERENDA TARDE 15h	Suco integral uva, sanduiche de pão fatiado s/ ovos + queijo + tomate+ alicce	Suco de morango + tortã de legumes com avelã s/ ovos + melão	Café com leite + pão de queijo vegano + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (cenoura e batata salsa), salada alicce + pssego	Suco de maracujá + Pão de leite s/ ovos c/ frango desfiado, alicce, cenoura ralada + bolo de cenoura s/ ovos + melancia	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	SEGUNDA 27/11/2023	TERÇA 28/11/2023	QUARTA 29/11/2023	QUINTA 30/11/2023	SEXTA	KCAL	324	Kcal	494
						CHO	51	g	82
						PTN	12	g	19
						LP	8	g	10
MERENDA MANHÃ 10h	Café com leite + biscoito saigado s/ ovos + maçã	Leite com mamão + Bolo cenoura sem cobertura s/ ovos	Suco maracujá + pão fatiado integral s/ ovos com requeijão + laranja	Vitamina de banana e mamão + biscoito doce integral s/ ovos + melancia		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	SEGUNDA 27/11/2023	TERÇA 28/11/2023	QUARTA 29/11/2023	QUINTA 30/11/2023	SEXTA	KCAL	324	Kcal	494
						CHO	51	g	82
						PTN	12	g	19
						LP	8	g	10
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis	Arroz integral, Feijão preto, Frango assado(sobrecoxa) + creme de milho + melão	Arroz, Feijão carioca, Bolinho de carne s/ ovos, ao molho, salada azeite + melancia	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, Abóbora refogada + manga		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	SEGUNDA 27/11/2023	TERÇA 28/11/2023	QUARTA 29/11/2023	QUINTA 30/11/2023	SEXTA	KCAL	324	Kcal	494
						CHO	51	g	82
						PTN	12	g	19
						LP	8	g	10

ESCOLA
APAE

Observação:

ALUNO

ISAORA ARBUJO DE PAULO

Patricia dos Santos Alves Garcia

Ligia Márcia Macedo Pereira Vicente

Camille Consentino de Carvalho

Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781

Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº321

Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

Elisângela Correia Costa Sávieira
CRN 8 603
Coordenadora Operacional

Jamanda Rocha
CRN 8 1191
Nutricionista Qualitativa Operacional