



ESCOLA ENSINO ESPECIAL APAE/EVA CAVANI – CARDÁPIO JULHO/2023



APLV + SEM SOJA + SEM GLÚTEN

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	31/7/2023	4/7/2023	5/7/2023	6/7/2023	7/7/2023		
Desjejum 7:30H/8:00H	Leite vegetal com mamão + biscoito de polvilho salgado s/ leite s/ soja s/ glúten	Chá com leite vegetal + pão frito integral s/ leite s/ soja s/ glúten + creme vegetal	Suco integral de Uva + Sanduíche de pão frito integral s/ leite s/ soja s/ glúten + creme vegetal + alface+tomate	Suco integral de maçã + bolo de fuba s/ leite s/ soja s/ glúten + ponkan	FÉRIAS ESCOLARES	KCAL 654,21 CHO 123,66 PTN 33,20 LIP 21,24	KCAL 769,95 CHO 102,22 PTN 22,31 LIP 19,32
Merenda manhã 10:00H Merenda tarde 15:00H	Arroz + feijão preto + carne ao molho + pure de batatas s/ leite + salada de beterraba	Arroz + feijão carioca, frango assado (sobrecoxa) + milho e cenoura refogados + maçã	Arroz + feijão preto + carne moída com legumes (brócolis e cenoura) + salada de alface + mamão picado	Arroz + feijão carioca + peixe ao molho + abobrinha e cenoura refogadas + salada de alface	FÉRIAS ESCOLARES	PTN 9 LIP 9	PTN 9 LIP 9
	SEGUNDA 10/7/2023	TERÇA 11/7/2023	QUARTA 12/7/2023	QUINTA 13/7/2023	SEXTA 14/7/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	KCAL CHO PTN LIP	KCAL CHO PTN LIP
Merenda manhã 10:00H Merenda tarde 15:00H						9 9 9 9	9 9 9 9
Desjejum 7:30H/8:00H	SEGUNDA 17/7/2023	TERÇA 18/7/2023	QUARTA 19/7/2023	QUINTA 20/7/2023	SEXTA 21/7/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	Café com leite vegetal + pão frito integral s/ leite s/ soja s/ glúten + creme vegetal	Vitamina de abacate+banana com leite vegetal+ biscoito doce integral s/ leite s/ soja s/ glúten	KCAL 715,24 CHO 122,34 PTN 14,21 LIP 22,36	KCAL 756,39 CHO 84,51 PTN 32,13 LIP 21,37
Merenda manhã 10:00H Merenda tarde 15:00H				Arroz + feijão carioca + ovos mexidos + abobora refogada + laranja	Arroz + feijão preto + carne moída refogada + salada de repolho + ponkan	9 9 9	9 9 9
	SEGUNDA 24/7/2023	TERÇA 25/7/2023	QUARTA 26/7/2023	QUINTA 27/7/2023	SEXTA 28/7/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural + pão s/ leite s/ soja s/ glúten com ovo + maçã	Leite vegetal com mamão + bolo de laranja s/ leite s/ soja s/ glúten	Leite vegetal com mamão + biscoito doce integral s/ leite s/ soja s/ glúten + banana	Salada de frutas (banana, mamão, morango)	Café com leite vegetal + biscoito salgado integral s/ leite s/ soja s/ glúten + maçã	KCAL 759,68 CHO 124,63 PTN 14,21 LIP 21,30	KCAL 701,34 CHO 102,34 PTN 22,31 LIP 14,32
Merenda manhã 10:00H Merenda tarde 15:00H	Arroz + feijão preto, sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + laranja	Arroz, feijão carioca, Bolinho de carne ao molho s/ glúten s/ soja, salada de azeitona + ponkan	Arroz + feijão preto + frango ao molho + jardineira de legumes (couve-flor, cenoura e brócolis) + mamão picado	Arroz + feijão carioca, barrado + mandiocca refogada + salada de tomate e cebola + laranja	Suco integral de uva+ pão s/ leite s/ soja s/ glúten com frango desfiado + alface + cenoura ralada + bolo de chocolate s/ cobertura s/ leite s/ soja s/ glúten	9 9 9	9 9 9
	SEGUNDA 31/7/2023	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco integral de uva + pão integral s/ leite s/ soja s/ glúten com creme vegetal					KCAL 724,51 CHO 126,94 PTN 14,67 LIP 21,34	KCAL 693,24 CHO 91,32 PTN 24,36 LIP 11,34
Merenda manhã 10:00H Merenda tarde 15:00H	Arroz integral + feijão carioca + frango sassami grelhado + salada de azeitona + ponkan					9 9 9	9 9 9

Observações: Utilizar Leite de Côco (não aceita outro leite vegetal). Observações: Biscoito s/glúten, pães e bolos s/glúten não devem conter traços de soja. Não utilizar óleo de soja.

ESCOLA

APAE

JULIA C. O. ROUGEOMONT
ALUNO

PK

Handwritten signature

oe

Handwritten signature

Handwritten signature

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

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º
REGIÃO Nº2321

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

Lidiane Correia Costa Suelha
CRN 8º REGIÃO nº 6303
Coordenadora Operacional

Mariana Revolino Gonçalves
CRN 8º REGIÃO nº 14920
Nutricionista Controlador Operacional