



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

GLICOGENOSE



	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 maçã + biscoito de polvilho salgado s/ leite	Chá de camomila/cidreira + pão fatiado integral s/ leite + creme vegetal	Suco de maracujá com adoçante + Sanduiche de pão fatiado integral s/ leite+ creme vegetal + alface	Suco integral de maçã + bolo s/ leite diet+ ponkan	FÉRIAS ESCOLARES	KCAL 695,35 CHO 124,31 PTN 33,62 LIP 22,03	KCAL 769,94 CHO 102,38 PTN 24,31 LIP 11,36
Merenda manhã 10:00H Merenda tarde 15:00H	Arroz integral + caldo de feijão preto + carne refogada + pure de batatas s/ leite+ salada de beterraba	Arroz integral + caldo de feijão cariooca, frango assado (sobrecoca) + milho refogado + maçã	Arroz integral + caldo de feijão preto + carne moída com legumes (brócolis e couve flor) + salada de alface + ponkan	Arroz integral + caldo de feijão cariooca + peixe grelhado + abobrinha refogada + salada de alface	FÉRIAS ESCOLARES	9 9 9	9 9 9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	10/7/2023	11/7/2023	12/7/2023	13/7/2023	14/7/2023		
Desjejum 7:30H/8:00H Merenda manhã 10:00H Merenda tarde 15:00H	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	KCAL 756,92 CHO 124,36 PTN 14,21 LIP 22,36	KCAL 756,96 CHO 89,03 PTN 32,61 LIP 21,34
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	17/7/2023	18/7/2023	19/7/2023	20/7/2023	21/7/2023		
Desjejum 7:30H/8:00H	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	Chá de erva cidreira/camomila + pão fatiado integral s/ leite + creme vegetal	Vitamina de abacate com leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite diet	KCAL 769,94 CHO 126,35 PTN 14,22 LIP 22,31	KCAL 729,65 CHO 102,34 PTN 22,31 LIP 14,21
Merenda manhã 10:00H Merenda tarde 15:00H				Arroz integral + caldo de feijão cariooca + ovos mexidos + couve refogada + laranja	Arroz integral + caldo de feijão preto + quibe assado + salada de repolho + ponkan	9 9 9	9 9 9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	24/7/2023	25/7/2023	26/7/2023	27/7/2023	28/7/2023		
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de limão com adoçante + pão integral s/ leite com ovo + maçã	Leite vegetal com maçã + bolo diet s/ leite	Leite vegetal batido com morango + biscoito doce integral s/ leite diet + maçã	Salada de frutas (maçã, laranja, morango) com aveia	Chá erva cidreira/camomila + biscoito salgado integral s/ leite + maçã	KCAL 715,26 CHO 123,64 PTN 15,20 LIP 22,31	KCAL 635,29 CHO 91,24 PTN 21,34 LIP 12,03
Merenda manhã 10:00H Merenda tarde 15:00H	Arroz integral + caldo de feijão preto, sobrecoxa assada + salada de brócolis + laranja	Arroz integral, caldo de feijão cariooca, Bolinho de carne s/ molho, salada de aoeiga + ponkan	Arroz integral + caldo de feijão preto + frango grelhado + jardineira de legumes (couve-flor, abobrinha e brócolis) + maçã	Arroz integral + caldo de feijão cariooca, carne refogada + farinha de mandioca + salada de repolho + laranja	Suco integral de maçã+ pão integral s/ leite com frango desfiado + alface + bolo s/ leite diet	9 9 9	9 9 9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	31/7/2023						
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco integral de maçã + pão integral s/ leite com creme vegetal					KCAL 715,26 CHO 123,64 PTN 15,20 LIP 22,31	KCAL 635,29 CHO 91,24 PTN 21,34 LIP 12,03
Merenda manhã 10:00H Merenda tarde 15:00H	Arroz integral + caldo de feijão cariooca + frango sassami grelhado + salada de aoeiga + ponkan					9 9 9	9 9 9

Observações: Frutas in natura e legumes somente de baixo índice glicêmico. Arroz integral + caldo de feijão. Adoçantes Sacarina ou Ciclamato. Não utilizar molho de tomate, cebola e tomate. APLV

ESCOLA  
APAE

ALUNO  
GABRIEL MAIA

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

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente  
Mat Funcional nº 11144 CRN 8º REGIÃO  
Nº2321

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

Lidiane Garcia Costa Sotella  
CRN 8º REGIÃO nº 6303  
Coordenadora Operacional

Márciana Revellon Gonçalves  
CRN 8º REGIÃO nº 11920  
Nutricionista Controlador Operacional