



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



INTOLERÂNCIA A LACTOSE

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	3/11/2023	4/11/2023	5/11/2023	6/11/2023	7/11/2023		
Desjejum 7:30H/8:00H	Leite s/ lactose com mamão + biscoito de polvilho salgado s/ lactose	Chá com leite s/ lactose + pão frito integral s/ lactose + manteiga s/ lactose	Suco integral de Uva+ Sanduiche de pão frito integral s/ lactose + queijo s/ lactose + alface+tomate	Suco integral de maçã + bolo de fuba s/ lactose + ponkan	FÉRIAS ESCOLARES	KCAL 696,51 Kcal 123,02 CHO 9 PTN 33,24 LIP 21,37 9	KCAL 769,61 Kcal 102,55 CHO 9 PTN 22,34 LIP 11,24 9
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 (sobrecocxa) + 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 + pirão de peixe + salada de alface			
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	10/11/2023	11/11/2023	12/11/2023	13/11/2023	14/11/2023		
Desjejum 7:30H/8:00H Merenda manhã 10:00H Merenda tarde 15:00H	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	KCAL 725,36 Kcal 124,56 CHO 9 PTN 14,32 LIP 22,31 9	KCAL 756,98 Kcal 84,65 CHO 9 PTN 32,06 LIP 23,05 9
Desjejum 7:30H/8:00H	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES				
Merenda manhã 10:00H Merenda tarde 15:00H				Café com leite s/ lactose + pão frito integral s/ lactose + margarina s/ lactose + queijo s/ lactose	Vitamina de abacate+banana com leite s/ lactose + biscoito doce integral s/ lactose		
				Arroz + feijão carioca + ovos mexidos + abóbora refogada + laranja	Arroz + feijão preto + quibe assado + salada de repolho + ponkan		
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	24/11/2023	25/11/2023	26/11/2023	27/11/2023	28/11/2023		
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural + pão s/ lactose com ovo + maçã	Leite s/ lactose com mamão + bolo de laranja s/ lactose	logurte morango s/ lactose + biscoito doce integral s/ lactose + banana	Salada de frutas (banana, mamão, morango) com aveia	Café com leite s/ lactose + biscoito salgado integral s/ lactose + maçã	KCAL 756,94 Kcal 125,36 CHO 9 PTN 14,22 LIP 22,31 9	KCAL 702,61 Kcal 106,25 CHO 9 PTN 23,20 LIP 12,30 9
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, salada de acelga + ponkan	Arroz + feijão preto + frango ao molho + jardineira de legumes (couve-flor, cenoura e brócolis) + mamão picado	Arroz + feijão carioca, barrado + farinha de mandioca + salada de tomate e cebola + laranja	Suco integral de uva+ pão s/ lactose com frango desfiado + alface + cenoura ralada + bolo de chocolate s/ cobertura s/ lactose		
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	31/11/2023						
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco integral de uva + pão integral s/ lactose com requieijo s/ lactose					KCAL 725,36 Kcal 126,33 CHO 9 PTN 15,24 LIP 21,36 9	KCAL 659,84 Kcal 91,37 CHO 9 PTN 22,35 LIP 12,03 9
Merenda manhã 10:00H Merenda tarde 15:00H	Arroz integral + feijão carioca + frango sassami grelhado + salada de acelga + ponkan						

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

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO
Nº2321

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

Elianne Correia Costa Sotella
CRN 8º REGIÃO nº 6303
Coordenadora Operacional

Mariana Revolino Gonçalves
CRN 8º REGIÃO nº 1920
Nutricionista Consultor Operacional