

SEM OVOS

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	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H	Lente com mamão + biscoito de polvilho salgado s/ ovos	Chá com leite + pão fatiado integral s/ ovos + manteiga	Suco integral de Uva+ Sanduíche de pão fatiado s/ ovos + queijo+ alicace+tomate	Suco integral de maçã + bolo de fuba s/ ovos + ponkan	FÉRIAS ESCOLARES	KCAL	632,21	Kcal	KCAL
						CHO	123,06	g	CHO
						PTN	31,26	g	PTN
Merenda manhã 10:00H Merenda tarde 15:00H	Arroz + feijão preto + carne ao molho + pure de batatas + salada de beterraba	Arroz + feijão carioca, frango assado (sobrecoxa) + creme de milho + maçã	Arroz + feijão preto + carne moída com legumes (brócolis e cenoura) + salada de alicace + mamão picado	Arroz + feijão carioca + peixe ao molho + filão de peixe + salada de alicace		LIP	23,69	g	LIP
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	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		Kcal	KCAL
						CHO		g	CHO
						PTN		g	PTN
Merenda manhã 10:00H Merenda tarde 15:00H						LIP		g	LIP
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	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	Café com leite + pão fatiado s/ ovos + margarina+queijo	Vitamina de abacate+banana+ biscoito doce integral s/ ovos	KCAL	769,64	Kcal	KCAL
						CHO	123,64	g	CHO
						PTN	12,30	g	PTN
Merenda manhã 10:00H Merenda tarde 15:00H				Arroz + feijão carioca + frango ao molho + abóbora refogada + laranja	Arroz + feijão preto + quibe assado s/ ovos + salada de repolho + ponkan	LIP	21,36	g	LIP
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	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural + pão s/ ovo com carne desfiada + maçã	Leite com mamão + bolo de laranja s/ ovos	logurte morango+ biscoito doce integral s/ ovos + banana	Salada de frutas (banana, mamão, morango) com aveia	Café com leite + biscoito salgado integral s/ ovos + maçã	KCAL	725,36	Kcal	KCAL
						CHO	124,36	g	CHO
						PTN	13,21	g	PTN
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/ ovos , salada de alicage + ponkan	Arroz + feijão preto + frango ao molho + jardineira de legumes (couve-flor, cenoura e brócolis) + mamão picado	Arroz + feijão carioca, barrado + fatinha de mandiocca + salada de tomate e cebola + laranja	Suco integral de uva+ pão s/ ovos com frango desfiado + alicace + cenoura ralada + bolo de chocolate s/ cobertura s/ ovos	LIP	21,03	g	LIP
SEGUNDA		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
31/7/2023						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco integral de uva + pão integral s/ ovos com queijo					KCAL	724,31	Kcal	KCAL
						CHO	126,34	g	CHO
						PTN	15,34	g	PTN
Merenda manhã 10:00H Merenda tarde 15:00H	Arroz integral + feijão carioca + frango sassami grelhado + salada de alicage + ponkan					LIP	21,36	g	LIP

ALUNO ISADORA ARAUJO DE PAULO

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 7694 CRN 8º REGIÃO
Nº1102

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

Mariana Revelino Gonçalves
CRN 8º REGIÃO nº 14929
Nutricionista Controlador Operacional