


ESCOLA PARCIAL ESPECIAL – CARDÁPIO SETEMBRO/2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
					19/9/2023	Aroz + feijão carioca + omelete assado + cenoura e couve flor refogados + laranja	KCAL	594,67	KCAL	450,12	Kcal	Kcal	Kcal	Kcal
MERENDA MANHÃ 10h							CHO	96,84	CHO	99,45	9	9	9	9
							PTN	21,54	PTN	20,12	9	9	9	9
MERENDA TARDE 15h						logurite morango+ biscoito doce integral + banana	LIP	12,35	LIP	10,45	9	9	9	9
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
	4/9/2023	5/9/2023	6/9/2023	7/9/2023	8/9/2023		KCAL	658,52	KCAL	599,64	Kcal	Kcal	Kcal	Kcal
MERENDA MANHÃ 10h	Aroz + feijão preto + carne bovina ao molho + quirela + salada de beterraba	Aroz + feijão carioca + frango assado (sobrecoxa) + creme de milho + laranja	logurite morango+ biscoito doce integral + banana	FERIADO	RECESSO		CHO	105,78	CHO	100,46	9	9	9	9
							PTN	28,54	PTN	20,12	9	9	9	9
MERENDA TARDE 15h	Aroz + feijão preto + carne bovina ao molho + quirela + salada de beterraba	Aroz + feijão carioca + frango assado (sobrecoxa) + creme de milho + laranja	logurite morango+ biscoito doce integral + banana				LIP	14,36	LIP	11,36	9	9	9	9
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
	11/9/2023	12/9/2023	13/9/2023	14/9/2023	15/9/2023		KCAL	596,37	KCAL	550,15	Kcal	Kcal	Kcal	Kcal
MERENDA MANHÃ 10h	Aroz + feijão carioca + frango sassami grelhado + salada de azeitona + manga	Aroz + feijão preto + barreado + farofa de banana + salada de tomate e cebola + laranja	Chá com limão + Sanduiche de pão fatiado + queijo+ alicace+tomate	Aroz + feijão preto + carne moída com legumes (cenoura e chuchu) + salada de alicace + melancia	Aroz + feijão carioca + frango ao molho + jardineira de legumes (cenoura, couve flor e brócolis) + mamão		CHO	101,47	CHO	99,63	9	9	9	9
							PTN	19,52	PTN	18,46	9	9	9	9
MERENDA TARDE 15h	Aroz + feijão carioca + frango sassami grelhado + salada de azeitona + manga	Aroz + feijão preto + barreado + farofa de banana + salada de tomate e cebola + laranja	Chá com limão + Sanduiche de pão fatiado + queijo+ alicace+tomate	Aroz + feijão preto + carne moída com legumes (cenoura e chuchu) + salada de alicace + melancia	Suco polpa morango + tona de legumes com aveia + melão		LIP	12,49	LIP	10,78	9	9	9	9
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
	18/9/2023	19/9/2023	20/9/2023	21/9/2023	22/9/2023		KCAL	565,80	KCAL	540,96	Kcal	Kcal	Kcal	Kcal
MERENDA MANHÃ 10h	Aroz + feijão com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + laranja	Aroz + feijão carioca + frango ao molho com legumes (cenoura e abobrinha) + salada de beterraba + maçã	Leite com maçã + bolo de cenoura sem cobertura	Aroz colorido + feijão carioca + peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alicace	Aroz + feijão preto + carne moída ao molho + purê de batatas + salada de brócolis + banana		CHO	96,45	CHO	94,25	9	9	9	9
							PTN	16,48	PTN	14,23	9	9	9	9
MERENDA TARDE 15h	Aroz + feijão com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + laranja	Aroz + feijão carioca + frango ao molho com legumes (cenoura e abobrinha) + salada de beterraba + maçã	Leite com maçã + bolo de cenoura sem cobertura	Aroz colorido + feijão carioca + peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alicace	Café com leite + bolo de laranja		LIP	11,56	LIP	10,64	9	9	9	9
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
	25/9/2023	26/9/2023	27/9/2023	28/9/2023	29/9/2023		KCAL	704,33	KCAL	693,25	Kcal	Kcal	Kcal	Kcal
MERENDA MANHÃ 10h	Aroz + feijão carioca + frango sassami ao molho + salada de azeitona + melão	Aroz colorido + feijão preto + quibe assado + salada de repolho + laranja	Suco de abacaxi natural + pão com ovo + melão	Aroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de tomate + manga	Suco integral de uva + pão de leite com carne moída + alicace+ cenoura + bolo de chocolate		CHO	123,56	CHO	119,87	9	9	9	9
							PTN	24,51	PTN	22,02	9	9	9	9
MERENDA TARDE 15h	Aroz + feijão carioca + frango sassami ao molho + salada de azeitona + melão	Aroz colorido + feijão preto + quibe assado + salada de repolho + laranja	Suco de abacaxi natural + pão com ovo + melão	Aroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de tomate + manga	Suco integral de uva + pão de leite com carne moída + alicace+ cenoura + bolo de chocolate		LIP	12,45	LIP	10,54	9	9	9	9


 Patrícia dos Santos Alves Garcia
 Mat. Funcional nº 7993 CRN 8º
 REGIÃO Nº1781


 Lígia Mônica Toledo Franá Vicente
 Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º
 REGIÃO Nº2321


 Camille Consentino de Carvalho
 Mat. Funcional nº 7991 CRN 8º
 REGIÃO Nº1102


 Lidiane Corrêa Faria Saldanha
 CNP nº REGIÃO Nº 604
 e credenciada (Especialista em Nutrição)


 Mariana Rezende Gonçalves
 CNP nº REGIÃO Nº 1970
 e credenciada (Especialista em Nutrição)