

# ESCOLA ENSINO ESPECIAL APAE/EVA CAVANI - CARDÁPIO SETEMBRO/2023



|                      | SEGUNDA                                                                     | TERÇA                                                                                                  | QUARTA                                                                                       | QUINTA                                                                                          | SEXTA                                                                                                    | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ              | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE               |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| DESJEJUM 7:30H/8:00H |                                                                             |                                                                                                        |                                                                                              |                                                                                                 | 12/9/2023                                                                                                | KCAL 442,20<br>CHO 72,45<br>PTN 16,41<br>LIP 9,64  | KCAL 724,72<br>CHO 115,64<br>PTN 32,87<br>LIP 14,52 |
| MERENDA MANHÃ 10h    |                                                                             |                                                                                                        |                                                                                              |                                                                                                 |                                                                                                          |                                                    |                                                     |
| MERENDA TARDE 15h    |                                                                             |                                                                                                        |                                                                                              |                                                                                                 |                                                                                                          |                                                    |                                                     |
|                      | SEGUNDA                                                                     | TERÇA                                                                                                  | QUARTA                                                                                       | QUINTA                                                                                          | SEXTA                                                                                                    | 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                                                                                                 |                                                    |                                                     |
| DESJEJUM 7:30H/8:00H | Café com leite + pão + queijo + manteiga                                    | Leite com mamão + bolo de cenoura sem cobertura                                                        | Ingrediente morango + biscoito doce integral + banana                                        |                                                                                                 |                                                                                                          | KCAL 423,50<br>CHO 69,53<br>PTN 12,63<br>LIP 10,54 | KCAL 690,58<br>CHO 103,92<br>PTN 28,53<br>LIP 17,42 |
| MERENDA MANHÃ 10h    | Arroz + feijão preto + carne bovina ao molho + quinoa + salada de beterraba | Arroz + feijão carofa + frango assado (sobrecrosta) + carne de milho + tangarina                       | Arroz + feijão preto + bifeinho de carne ao molho + salada de acelga + melão                 | FERIADO                                                                                         | RECESSO                                                                                                  |                                                    |                                                     |
| MERENDA TARDE 15h    |                                                                             |                                                                                                        |                                                                                              |                                                                                                 |                                                                                                          |                                                    |                                                     |
|                      | SEGUNDA                                                                     | TERÇA                                                                                                  | QUARTA                                                                                       | QUINTA                                                                                          | SEXTA                                                                                                    | 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                                                                                                |                                                    |                                                     |
| DESJEJUM 7:30H/8:00H | Chá com leite + biscoito salgado integral + maçã                            | Suco polpa maracujá + pão com requeijão                                                                | Café com leite + biscoito salgado integral + melão                                           | Suco integral de maçã + bolo de fubá + mamão                                                    | Suco integral de uva + sanduíche de pão frito + queijo + alface + tomate                                 | KCAL 498,25<br>CHO 88,16<br>PTN 12,14<br>LIP 10,85 | KCAL 773,69<br>CHO 123,51<br>PTN 23,54<br>LIP 20,63 |
| MERENDA MANHÃ 10h    | Arroz + feijão carofa + frango sassami grelhado + salada de acelga + manga  | Arroz + feijão preto + barrado + farofa de banana + salada de tomate e cenoura + laranja               | Arroz colorido + feijão carofa + peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alface | Arroz + feijão preto + carne moída com legumes (cenoura e chuchu) + salada de alface + melancia | Arroz + feijão carofa + frango ao molho + jardineira de legumes (cenoura, couve flor e brócolis) + mamão |                                                    |                                                     |
| MERENDA TARDE 15h    |                                                                             |                                                                                                        |                                                                                              |                                                                                                 |                                                                                                          |                                                    |                                                     |
|                      | SEGUNDA                                                                     | TERÇA                                                                                                  | QUARTA                                                                                       | QUINTA                                                                                          | SEXTA                                                                                                    | 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                                                                                                |                                                    |                                                     |
| DESJEJUM 7:30H/8:00H | Leite com cacau 70% + pão integral com requeijão                            | Suco de abacaxi natural + pão com ovo + laranja                                                        | Ingrediente de coco + salada de frutas (mamão, banana, morango) com aveia                    | Suco polpa morango + torta de legumes com aveia + maçã                                          | Café com leite + bolo de laranja                                                                         | KCAL 425,63<br>CHO 70,64<br>PTN 12,63<br>LIP 11,05 | KCAL 823,56<br>CHO 136,74<br>PTN 26,13<br>LIP 19,12 |
| MERENDA MANHÃ 10h    | Arroz + feijoad com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + laranja     | Arroz + feijão carofa + frango ao molho com legumes (cenoura e abobrinha) + salada de beterraba + maçã | Arroz + feijão preto + ovos mexidos + abobora refogada + melancia                            | Arroz colorido + feijão carofa + peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alface    | Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + purê de batatas + salada de brócolis + banana              |                                                    |                                                     |
| MERENDA TARDE 15h    |                                                                             |                                                                                                        |                                                                                              |                                                                                                 |                                                                                                          |                                                    |                                                     |
|                      | SEGUNDA                                                                     | TERÇA                                                                                                  | QUARTA                                                                                       | QUINTA                                                                                          | SEXTA                                                                                                    | 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                                                                                                |                                                    |                                                     |
| DESJEJUM 7:30H/8:00H | Suco polpa maracujá + pão frito integral com requeijão                      | Chá com leite + pão integral + manteiga                                                                | Suco de abacaxi natural + pão com ovo + melão                                                | Vitamina de abacaxi e banana + biscoito doce integral                                           | Café com leite + biscoito salgado integral + banana                                                      | KCAL 434,10<br>CHO 75,43<br>PTN 10,64<br>LIP 9,98  | KCAL 793,25<br>CHO 139,51<br>PTN 23,51<br>LIP 20,13 |
| MERENDA MANHÃ 10h    | Arroz + feijão carofa + frango sassami ao molho + salada de acelga + melão  | Arroz colorido + feijão preto + quibe assado + salada de repolho + laranja                             | Arroz integral + feijão carofa + sobrecrosta + carne com cenoura + salada de brócolis + maçã | Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de tomate + manga                | Suco integral de uva + pão de leite com carne moída + alface + couve + bolo de chocolate                 |                                                    |                                                     |
| MERENDA TARDE 15h    |                                                                             |                                                                                                        |                                                                                              |                                                                                                 |                                                                                                          |                                                    |                                                     |

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

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

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

Ediane Curvelo Costa Suelha  
CRN 8º REGIÃO Nº 1102  
Coordenadora Operacional

Adriana Revellin Campos  
CRN 8º REGIÃO Nº 1102  
Técnicas em Alimentação Especializada