ESCOLA PARCIAL ESPECIAL – CARDÁPIO JULHO/2023

APLV + SEM SOJA

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	3/7/2023	4/7/2023	5/7/2023	6/7/2023	7/7/2023
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz + feijão preto + carne ao molho + pure de batatas s/ leite + salada de beterraba	Arroz + feijão carioca, frango assado (sobrecoxa) + milho e cenoura refogados + maçã	Suco integral de Uva+ Sanduiche de pão fatiado s/ leite s/ soja + creme vegetal + alface+tomate	Arroz + feijão carioca + peixe ao molho + abobrinha e cenoura refogados + salada de alface	FÉRIAS ESCOLARES
MERENDA TARDE 15h	Arroz + feijão preto + carne ao molho + pure de batatas s/ leite + salada de beterraba	Arroz + feijão carioca, frango assado (sobrecoxa) + milho e cenoura refogados + maçã	Suco integral de Uva+ Sanduiche de pão fatiado s/ leite s/ soja + creme vegetal + alface+tomate	Arroz + feijão carioca + peixe ao molho + abobrinha e cenoura refogados + salada de alface	

MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		
KCAL	756,36	Kcal	KCAL	756,36	Kcal
CHO	104,22	g	CHO	104,22	g
PTN	22,37	g	PTN	22,37	g
LIP	12,34	g	LIP	12,34	g

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	10/7/2023	11/7/2023	12/7/2023	13/7/2023	14/7/2023
MERENDA MANHÃ 10h	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES
MERENDA TARDE 15h					

MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
KCAL		Kcal	KCAL		Kcal
CHO		g	CHO		g
PTN		g	PTN		g
LIP		g	LIP		g

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	17/7/2023	18/7/2023	19/7/2023	20/7/2023	21/7/2023
MERENDA MANHÃ 10h	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	Arroz + feijão carioca + ovos mexidos + abóbora refogada + laranja	Arroz + feijão preto + carne moída refogada + salada de repolho + ponkan
MERENDA TARDE 15h				Arroz + feijão carioca + ovos mexidos + abóbora refogada + laranja	Vitamina de abacate+banana com leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite s/ soja

MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
KCAL	726,39	Kcal	KCAL	707,58	Kcal
CHO	85,61	g	CHO	78,54	g
PTN	12,34	g	PTN	11,32	g
LIP	8,69	g	LIP	9,36	g

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	24/7/2023	25/7/2023	26/7/2023	27/7/2023	28/7/2023
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz + feijão preto, sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + laranja	Arroz, feijão carioca, Bolinho de carne ao molho s/ soja + salada de acelga + ponkan	Iogurte morango vegano + biscoito doce integral s/ leite s/ soja + banana	Arroz + feijão carioca, barreado + mandioca refogada + salada de tomate e cebola + laranja	Suco integral de uva+ pão s/ leite s/ soja com frango desfiado + alface + cenoura ralada + bolo de chocolate s/ cobertura s/ leite s/ soja
MERENDA TARDE 15h	Arroz + feijão preto, sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + laranja	Arroz, feijão carioca, Bolinho de carne ao molho s/ soja + salada de acelga + ponkan	Iogurte morango vegano + biscoito doce integral s/ leite s/ soja + banana	Arroz + feijão carioca, barreado + mandioca refogada + salada de tomate e cebola + laranja	Suco integral de uva+ pão s/ leite s/ soja com frango desfiado + alface + cenoura ralada + bolo de chocolate s/ cobertura s/ leite s/ soja

MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
KCAL	785,64	Kcal	KCAL	785,64	Kcal
CHO	82,33	g	CHO	82,33	g
PTN	12,37	g	PTN	12,37	g
LIP	8,69	g	LIP	8,69	g

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	31/7/2023				
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral + feijão carioca + frango sassami grelhado + salada de acelga + ponkan				
MERENDA TARDE 15h	Arroz integral + feijão carioca + frango sassami grelhado + salada de acelga + ponkan				

MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
KCAL	796,35	Kcal	KCAL	796,35	Kcal
CHO	75,21	g	CHO	75,21	g
PTN	12,36	g	PTN	12,36	g
LIP	9,62	g	LIP	9,62	g

Observações: Pães, bolos, biscoitos e massas sem traços de soja. Não utilizar óleo de soja.

ESCOLA	ALUNO
MANOEL VIANA	MARIANA RAMOS ARAÚJO

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

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

Lidianne Correia Costa Stofella
CRN 8ª REGIÃO nº 6363
Coordenadora Operacional

Marianna Revoltane Gonçalves
CRN 8ª REGIÃO nº 14926
Nutricionista Controller Operacional