

		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		
					1/6/2023	2/6/2023					
					Café com leite vegetal + biscoito de polvilho s/ leite + mamão	Leite vegetal com maçã+ Bolo de laranja s/ leite					
Desjejum 7:30H/8:00H					Arroz, feijão carioca, Barreado, farinha mandioca + salada tomate e cebola+ banana	Arroz, feijão preto, Sobrecoca ao molho com cenoura, salada de brócolis + pontkan					
Merenda manhã 10:00H											
Merenda tarde 15:00H											
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA						
	5/6/2023	6/6/2023	7/6/2023	8/6/2023	9/6/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ					
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite vegetal + pão integral s/ leite + creme vegetal	Leite vegetal batido com morango + Biscoito doce integral s/ leite + banana	Vitamina de frutas (banana+abacate) com leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite	FERIADO	RECESSO	KCAL	766.61	Kcal	KCAL	695.47	Kcal
						CHO	124.31	g	CHO	112.30	g
						PTN	33.62	g	PTN	26.55	g
						LIP	21.34	g	LIP	12.34	g
Merenda manhã 10:00H	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + Farinha de mandioca + laranja	Arroz, feijão carioca, Frango assado(sobrecoca), milho e cenoura refogados + pontkan	Arroz, feijão preto, Carne ao molho, purê de batatas s/ leite, salada de beterraba								
Merenda tarde 15:00H											
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA						
	12/6/2023	13/6/2023	14/6/2023	15/6/2023	16/6/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ					
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite vegetal + biscoito salgado integral s/ leite + laranja	Leite vegetal com mamão+Bolo cenoura sem cobertura s/ leite	Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + caqui	Salada de frutas(maçã, mamão, carambola) com aveia	Chá com leite vegetal + pão s/ leite + creme vegetal	KCAL	759.94	Kcal	KCAL	759.94	Kcal
						CHO	125.61	g	CHO	85.61	g
						PTN	17.54	g	PTN	33.64	g
						LIP	26.51	g	LIP	23.61	g
Merenda manhã 10:00H	Arroz integral, feijão preto, Frango (sassam) ao molho, salada de chuchu com cenoura + caqui	Arroz, feijão carioca, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + maçã	Arroz, feijão preto, Sobrecoca ao molho com cenoura, salada de brócolis + banana	Arroz, feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de couve flor	Arroz, feijão preto, Quibe assado, salada de repolho + pontkan						
Merenda tarde 15:00H											
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA						
	19/6/2023	20/6/2023	21/6/2023	22/6/2023	23/6/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ					
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite vegetal + pão integral s/ leite + creme vegetal	Suco integral de maçã, sanduiche de pão fatiado s/ leite + creme vegetal + tomate + alface	Leite vegetal batido com morango + biscoito doce integral s/ leite + banana	Chá com leite vegetal + biscoito salgado s/ leite + maçã	Vitamina de frutas (maçã + mamão) c/ leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite	KCAL	746.65	Kcal	KCAL	703.21	Kcal
						CHO	142.31	g	CHO	96.62	g
						PTN	14.32	g	PTN	23.64	g
						LIP	21.34	g	LIP	15.28	g
Merenda manhã 10:00H	Arroz, feijão preto, Carne moída com legumes (abobrinha e cenoura), salada de alface + maçã	Arroz, feijão carioca, Ovos mexidos, Abóbora refogada + laranja	Arroz, feijão preto, Frango ao molho com legumes (batata e abobrinha), salada de pepino c/ tomate + caqui	Arroz, feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada de aceitga + pontkan	Suco integral de uva+ cachorro quente com pão s/ leite + pinhão + pipoca + bolo de tubá s/ leite						
Merenda tarde 15:00H											
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA						
	26/6/2023	27/6/2023	28/6/2023	29/6/2023	30/6/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ					
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural + pão s/ leite com ovo + maçã	Vitamina de frutas (banana+mamão) com leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite	Suco integral de uva, pão integral s/ leite com creme vegetal	Café com leite vegetal + biscoito salgado integral s/ leite + banana	Leite vegetal com banana + Biscoito de Polvilho Salgado s/ leite	KCAL	746.37	Kcal	KCAL	706.21	Kcal
						CHO	124.31	g	CHO	95.61	g
						PTN	17.56	g	PTN	24.61	g
						LIP	24.61	g	LIP	12.30	g
Merenda manhã 10:00H	Arroz, feijão preto, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + caqui	Arroz integral, feijão carioca, Carne moída ao molho, Polenta, salada de cenoura + banana	Arroz, feijão preto, Omelete assado, cenoura e abobrinha refogados + pontkan	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, Jardimiera de legumes (brócolis, cenoura e couve flor) + maçã	Suco integral de uva, pão s/ leite c/ ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo de laranja s/ leite						
Merenda tarde 15:00H											
ESCOLA											
APAE											
ALUNO											
MATEIA ISABELLY DOS SANTOS VAZ											