

ESCOLA PARCIAL – CARDÁPIO AGOSTO/2023
INTOLERÂNCIA A LACTOSE

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICK MANHÃ
		18/8/2023	22/8/2023	30/8/2023	4/8/2023		
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz + feijão carioca + carne moída ao molho + pure de batatas s/ leite + salada de brócolis	Arroz + feijão carioca + carne moída ao molho + pure de batatas s/ leite + salada de brócolis	Leite s/ lactose com mamão + bolo de laranja s/ lactose	Arroz + feijão carioca + carne bovina ao molho de mandioca + salada de alface + mamão	Arroz + feijão preto + ovos mexidos + abóbora refogada + maçã	KCAL 725,31 CHO 102,32 PTN 24,05 LIP 11,06	KCAL 725,31 CHO 102,32 PTN 24,05 LIP 11,06
MERENDA TARDE 15h			Leite s/ lactose com mamão + bolo de laranja s/ lactose	Arroz + feijão carioca + carne bovina ao molho de mandioca + salada de alface + mamão	Arroz + feijão preto + ovos mexidos + abóbora refogada + maçã	PTN 24,05 LIP 11,06	PTN 24,05 LIP 11,06
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICK TARDE
	7/8/2023	8/8/2023	9/8/2023	10/8/2023	11/8/2023		
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz + feijoadá com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + laranja	Arroz + feijão carioca + frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alface + maçã	Salada de frutas (mamão, banana, kiwi) com aveia	Arroz + feijão carioca + frango sassami ao molho + salada de alface + ponkan	Arroz + feijão preto + quibe assado + salada de repolho + mamão	KCAL 652,31 CHO 85,22 PTN 18,54 LIP 11,32	KCAL 652,31 CHO 85,22 PTN 18,54 LIP 11,32
MERENDA TARDE 15h	Arroz + feijoadá com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + laranja	Arroz + feijão carioca + frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alface + maçã	Salada de frutas (mamão, banana, kiwi) com aveia	Arroz + feijão carioca + frango sassami ao molho + salada de alface + ponkan	Arroz + feijão preto + quibe assado + salada de repolho + mamão	PTN 18,54 LIP 11,32	PTN 18,54 LIP 11,32
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICK TARDE
	14/8/2023	15/8/2023	16/8/2023	17/8/2023	18/8/2023		
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz + feijão preto + frango sassami grelhado + salada de alface + laranja	Arroz + feijão carioca + carne ao molho + pure de batatas s/ leite + salada de beterraba	Suco de abacaxi natural + pão s/ lactose com ovo + maçã	Arroz + feijão carioca, barrado + farinha de mandioca + salada de tomate e cebola + banana	Arroz + feijão preto + sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de repolho com tomate + maçã	KCAL 685,21 CHO 83,22 PTN 15,24 LIP 11,22	KCAL 685,21 CHO 83,22 PTN 15,24 LIP 11,22
MERENDA TARDE 15h	Arroz + feijão preto + frango sassami grelhado + salada de alface + laranja	Arroz + feijão carioca + carne ao molho + pure de batatas s/ leite + salada de beterraba	Suco de abacaxi natural + pão s/ lactose com ovo + maçã	Arroz + feijão carioca, barrado + farinha de mandioca + salada de tomate e cebola + banana	Arroz + feijão preto + sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de repolho com tomate + maçã	PTN 15,24 LIP 11,22	PTN 15,24 LIP 11,22
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICK TARDE
	21/8/2023	22/8/2023	23/8/2023	24/8/2023	25/8/2023		
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral + feijão preto + carne moída ao molho com legumes (cenoura e batata salsa) + salada de repolho + maçã	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + laranja	loquite morango s/ lactose+ biscoito doce integral s/ lactose + banana	Arroz + feijão carioca + peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alface	Suco integral de uva + pão s/ lactose com ovo mexido + alface + cenoura + bolo de laranja s/ lactose	KCAL 675,22 CHO 83,02 PTN 11,06 LIP 10,23	KCAL 675,22 CHO 83,02 PTN 11,06 LIP 10,23
MERENDA TARDE 15h	Arroz integral + feijão preto + carne moída ao molho com legumes (cenoura e batata salsa) + salada de repolho + maçã	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + laranja	loquite morango s/ lactose+ biscoito doce integral s/ lactose + banana	Arroz + feijão carioca + peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alface	Suco integral de uva + pão s/ lactose com ovo mexido + alface + cenoura + bolo de laranja s/ lactose	PTN 11,06 LIP 10,23	PTN 11,06 LIP 10,23
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICK TARDE
	28/8/2023	29/8/2023	30/8/2023	31/8/2023			
MERENDA MANHÃ 10h	Ricoto de frango (frango, cenoura, batata, milho) + salada de pepino / tomate + laranja	Arroz integral + feijão carioca + carne ao molho + pure de batatas s/ leite + salada de beterraba	Suco integral de laranja + Sanduiche de pão fritoado s/ lactose + queijo lactose + alface + tomate	Arroz + feijão preto + bolinho de carne ao molho + salada de alface + ponkan		KCAL 695,55 CHO 73,21 PTN 11,32 LIP 12,03	KCAL 695,55 CHO 73,21 PTN 11,32 LIP 12,03
MERENDA TARDE 15h	Ricoto de frango (frango, cenoura, batata, milho) + salada de pepino / tomate + laranja	Arroz integral + feijão carioca + carne ao molho + pure de batatas s/ leite + salada de beterraba	Suco integral de laranja + Sanduiche de pão fritoado s/ lactose + queijo lactose + alface + tomate	Arroz + feijão preto + bolinho de carne ao molho + salada de alface + ponkan			

Parten dos Santos Alves Garcia
Matr Funcional nº 7893 CEN 8º RIGALDO
Nº 7781

Ligia Marcia Toksch Faria Vicente
Matr Funcional nº 11146 CEN 8º RIGALDO
Nº 2321

Camilie Consantino de Carvalho
Matr Funcional nº 7893 CEN 8º RIGALDO
Nº 1102

Ediane Correa Costa Sotello
CEN 8º RIGALDO nº 6303
(Santidade) (Presencial)

Miriam Rezillo Correia
CEN 8º RIGALDO nº 14920
Matr Funcional (Presencial)

