



ESCOLA PARCIAL ESPECIAL – CARDÁPIO AGOSTO/2023



APLV + SEM SOJA

|                   | SEGUNDA-FEIRA   | TERÇA-FEIRA  | QUARTA-FEIRA   | QUINTA-FEIRA  | SEXTA-FEIRA  | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE |
|-------------------|---|--|--|---|--|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|
|                   |   | 18/8/2023  | 20/8/2023  | 30/8/2023   | 4/9/2023   |                                       |                                       |                                       |
| MERENDA MANHÃ 10h |   | Arroz + feijão carioca + carne moída ao molho + pure de batatas s/ leite + salada de brócolis        | Leite vegetal com mamão + bolo s/ leite s/ soja  | Arroz + feijão carioca + carne bovina ao molho de mandioca + salada de alface + mamão     | Arroz + feijão preto + ovos mexidos + abóbora refogada + maçã  | KCAL 736,21<br>CHO 102,37             | Kcal 9<br>CHO 9                       | KCAL 741,22<br>CHO 102,37<br>Kcal 9   |
| MERENDA TARDE 15h |   | Arroz + feijão carioca + carne moída ao molho + pure de batatas s/ leite + salada de brócolis        | Leite vegetal com mamão + bolo s/ leite s/ soja  | Arroz + feijão carioca + carne bovina ao molho de mandioca + salada de alface + mamão     | Ingurite vegano morango s/ soja + biscoito doce integral s/ leite s/ soja + banana                               | PTN 23,62<br>LIP 10,27                | 9<br>9                                | PTN 21,08<br>LIP 11,27<br>9           |
|                   | SEGUNDA-FEIRA   | TERÇA-FEIRA  | QUARTA-FEIRA   | QUINTA-FEIRA  | SEXTA-FEIRA  | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL 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 + mandioca refogada + laranja  | Arroz + feijão carioca + frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alface + maçã | Salada de frutas (mamão, banana, kiwi)   | Arroz + feijão carioca + frango assado ao molho + salada de alface + ponkan               | Arroz + feijão preto + carne moída refogada + salada de repolho + mamão  | KCAL 732,21<br>CHO 84,51              | Kcal 9<br>9                           | KCAL 736,92<br>CHO 85,24<br>Kcal 9    |
| MERENDA TARDE 15h | Arroz + feijoadá com cubos de carne bovina + mandioca refogada + laranja  | Arroz + feijão carioca + frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alface + maçã | Salada de frutas (mamão, banana, kiwi)   | Arroz + feijão carioca + frango assado ao molho + salada de alface + ponkan               | Café com leite vegetal + pão frito s/ leite s/ soja + creme vegetal  | PTN 16,32<br>LIP 8,52                 | 9<br>9                                | PTN 15,24<br>LIP 8,63<br>9            |
|                   | SEGUNDA-FEIRA   | TERÇA-FEIRA  | QUARTA-FEIRA   | QUINTA-FEIRA  | SEXTA-FEIRA  | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL 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/ leite s/ soja com ovo + maçã                                    | Arroz + feijão carioca, barrado + mandioca refogada + salada de tomate e cebola + banana  | Arroz + feijão preto + sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de repolho com tomate + maçã                      | KCAL 741,32<br>CHO 82,34              | Kcal 9<br>9                           | KCAL 736,32<br>CHO 85,21<br>Kcal 9    |
| 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/ leite s/ soja com ovo + maçã                                    | Arroz + feijão carioca, barrado + mandioca refogada + salada de tomate e cebola + banana  | Chá com leite vegetal + pão integral s/ leite s/ soja com creme vegetal  | PTN 12,05<br>LIP 8,55                 | 9<br>9                                | PTN 11,02<br>LIP 8,24<br>9            |
|                   | SEGUNDA-FEIRA   | TERÇA-FEIRA  | QUARTA-FEIRA   | QUINTA-FEIRA  | SEXTA-FEIRA  | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL 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 salada) + salada de repolho + maçã | Arroz + feijão carioca + sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + laranja               | Ingurite vegano morango s/ soja + biscoito doce integral s/ leite s/ soja + banana               | Arroz + feijão carioca + peixe ao molho + abobrinha e cenoura refogada + salada de alface | Suco integral de uva + pão s/ leite s/ soja com ovo mexido + alface + cenoura + bolo de laranja s/ leite s/ soja | KCAL 798,65<br>CHO 74,21              | Kcal 9<br>9                           | KCAL 798,65<br>CHO 74,21<br>Kcal 9    |
| MERENDA TARDE 15h | Arroz integral + feijão preto + carne moída ao molho com legumes (cenoura e batata salada) + salada de repolho + maçã | Arroz + feijão carioca + sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + laranja               | Ingurite vegano morango s/ soja + biscoito doce integral s/ leite s/ soja + banana               | Arroz + feijão carioca + peixe ao molho + abobrinha e cenoura refogada + salada de alface | Suco integral de uva + pão s/ leite s/ soja com ovo mexido + alface + cenoura + bolo de laranja s/ leite s/ soja | PTN 12,36<br>LIP 8,52                 | 9<br>9                                | PTN 12,36<br>LIP 8,52<br>9            |
|                   | SEGUNDA-FEIRA   | TERÇA-FEIRA  | QUARTA-FEIRA   | QUINTA-FEIRA  | SEXTA-FEIRA  | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL 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 c/ tomate + laranja                              | Arroz integral + feijão carioca + carne ao molho + pure de batatas s/ leite + salada de beterraba    | Suco integral de Uva + Sanduiche de pão frito s/ leite s/ soja + creme vegetal + alface + tomate | Arroz + feijão preto + bolinho de carne ao molho s/ soja + salada de alface + ponkan      |  | KCAL 782,31<br>CHO 74,21              | Kcal 9<br>9                           | KCAL 782,31<br>CHO 74,21<br>Kcal 9    |
| MERENDA TARDE 15h | Ricoto de frango (frango, cenoura, batata, milho) + salada de pepino c/ tomate + laranja                              | Arroz integral + feijão carioca + carne ao molho + pure de batatas s/ leite + salada de beterraba    | Suco integral de Uva + Sanduiche de pão frito s/ leite s/ soja + creme vegetal + alface + tomate | Arroz + feijão preto + bolinho de carne ao molho s/ soja + salada de alface + ponkan      |  | PTN 11,03<br>LIP 8,52                 | 9<br>9                                | PTN 11,03<br>LIP 8,52<br>9            |

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

ESCOLA  
MANOEL VIANA

ALUNO  
MARIANA RAMOS ARAUJO

Patricia dos Santos Alves Garcia  
Matr. Funcional nº 7893, C.R.N. 8º R.C.I.A.O  
Nº 1781

Ligia Miriam Toledo Faria Vicente  
Matr. Funcional nº 1114, C.R.N. 8º R.C.I.A.O  
Nº 2321

Camille Consistino de Carvalho  
Matr. Funcional nº 7891, C.R.N. 8º R.C.I.A.O  
Nº 1102

Lidiane Correia Costa Suelton  
C.R.N. 8º R.C.I.A.O nº 6243  
Coordenadora Operacional

Mariana Revellina Gonçalves  
C.R.N. 8º R.C.I.A.O nº 17820  
Monitoramento e controle operacional