ENSINO ESPECIAL - EVA - APAE

SEM PEIXE

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		
	06/fev	07/fev	08/fev	09/fev	10/fev			
DESJEJUM	Suco de abacaxi natural+ pão+ com ovo + mamão	Leite com maçã + bolo de laranja	Iogurte morango+ biscoito doce integral + banana	Café com leite + pão integral +queijo e margarina	Vitamina de frutas (banana+abacate) + biscoito doce integral	KCAL	1026,61	Kcal
						CHO	139,68	g
ALMOÇO	Arroz, feijão preto, Carne ao molho, purê de batatas, salada beterraba	Arroz integral, feijão carioca, Frango assado(sobrecoxa) creme de milho + pêra	Arroz, feijão preto, Omelete assado, legumes refogados(repolho c/cenoura refogados) + melão	Arroz, feijão carioca, Barreado, farinha mandioca + salada tomate e cebola+ banana	Arroz, feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de abobrinha + manga	PTN	43,05	g
						LIP	35,09	g

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		
	13/fev	14/fev	15/fev	16/fev	17/fev			
DESJEJUM	Suco de abacaxi natural+ pão+ com ovo + melancia	Café com leite + biscoito salgado integral + pêra	Suco integral uva, sanduiche de pão fatiado + queijo + tomate+ alface	Vitamina de frutas (banana+mamão) + biscoito doce integral	Leite com maçã+Bolo cenoura sem cobertura	KCAL	958,41	Kcal
						CHO	141,53	g
ALMOÇO	Arroz, Feijoada com cubos de carne bovina, Farinha de mandioca + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura, chuchu) + maçã	Macarrão com molho de carne moida, salada de escarola + abacaxi	Arroz, feijão preto, Frango (sassami) grelhado, salada de couve-flor+melão	Arroz, feijão preto, quibe assado , salada repolho + manga	PTN	45,76	g
						LIP	24,69	g

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		
	20/fev	21/fev	22/fev	23/fev	24/fev			
DESJEJUM	RECESSO	FERIADO	FERIADO	Chá com leite + biscoito salgado integral + maçã	Suco integral de uva, Pão com ovo mexido, alface,cenoura ralada + bolo de laranja	KCAL	1140,97	Kcal
						CHO	170,55	g
ALMOÇO	RECESSO	FERIADO	FERIADO	Arroz integral, feijão carioca, Carne moída ao molho, Polenta, salada de pepino c/tomate + laranja	Arroz, feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de acelga c/cenoura + goiaba	PTN	45,39	g
						LIP	32,87	g

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		
	27/fev	28/fev	01/mar	02/mar	03/mar			
DESJEJUM	Chá com leite + pão + manteiga + maçã	Suco integral de maçã+ bolo de fubá + melão				KCAL	1001,50	Kcal
						CHO	142,15	g
ALMOÇO	Arroz,feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + laranja	Arroz, feijão carioca, frango ao molho, purê de batata, salada de couve-flor com tomate				PTN	42,68	g
						LIP	30,29	g

Aluna: Geovana Maysa Gonçalves – Apae

Patrícia dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional nº 7893 CRN 8ª REGIÃO Nº1781

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8ª REGIÃO Nº2321

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

Lidianne Correia Costa Stofella
CRN 8ª REGIÃO 6303 Coordenadora Operacional

BRUNA KOSCIURESKI
Nutricionista Controller
CRN8 15180P