

CONSTIPAÇÃO INTESITINAL CRÔNICA

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	INFORMAÇÃO NUTRICIONAL					
						MÉDIA SEMANAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL TARDE		
				16/6/2023	26/6/2023	KCAL	769,64	Kcal	KCAL	765,64	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H				leite vegetal + mamão picado	leite vegetal com panqueca de banana com aveia	CHO	115,62	g	CHO	92,31	g
				Arroz integral, feijão carioca, Barrado, farinha mandioca + couve + salada tomate e cebola + laranja	Arroz integral, feijão preto, Sobrecoca ao molho com cenoura, salada de brócolis + pontkan	PTN	37,94	g	PTN	24,61	g
Almoco 10:30H/11:00H				Suco integral de uva + Salada de frutas (laranja, mamão, kiwi)	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho + caqui	LIP	26,51	g	LIP	14,29	g
Lanche 14:00H/14:30H						CALCIO	245,61	Mg	CALCIO	153,62	Mg
Jantar 16:30H/17:00H				Polenta+ frango ao molho + salada de azeite + pontkan	Purê de batatas+ carne moída ao molho + escarola + salada de beterraba + mamão	FERRO	3,63	Mg	FERRO	2,37	Mg
						VITAMINA A	2898,61	Mcg	VITAMINA A	469,62	Mcg
						VITAMINA C	62,31	Mg	VITAMINA C	231,61	Mg
	SEGUNDA 6/6/2023	TERÇA 6/6/2023	QUARTA 7/6/2023	QUINTA 8/6/2023	SEXTA 9/6/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de uva integral + panqueca colorida de beterraba	Leite vegetal com morango e banana batido	Vitamina de frutas (banana+abacate) com leite vegetal + biscoito de aveia com banana			KCAL	759,94	Kcal	KCAL	586,61	Kcal
						CHO	126,34	g	CHO	92,61	g
						PTN	25,61	g	PTN	24,31	g
						LIP	20,31	g	LIP	11,37	g
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz integral, Feijão com cubos de carne bovina + Farinha de mandioca + laranja + couve	Arroz integral, feijão carioca, Frango assado(sobrecoca), creme de milho + rúcula + pontkan	Arroz integral, feijão preto, Carne ao molho + couve, purê de batatas, salada de beterraba			CALCIO	225,61	Mg	CALCIO	185,64	Mg
Lanche 14:00H/14:30H	leite vegetal com mamão	Suco de abacaxi natural + com ovo mexido e couve + caqui	leite vegetal com panqueca de banana com aveia			FERRO	3,61	Mg	FERRO	2,34	Mg
Jantar 16:30H/17:00H	Risoto de frango (cenoura, batata,milho) + rúcula + pontkan	Polenta + carne moída ao molho + agrião + abobrinha refogada + mamão	Sopa de frango + mandioca+ beterraba+ abobrinha + espinafre + mamão			VITAMINA A	4352,31	Mcg	VITAMINA A	485,67	Mcg
						VITAMINA C	61,97	Mg	VITAMINA C	283,51	Mg
	SEGUNDA 12/6/2023	TERÇA 13/6/2023	QUARTA 14/6/2023	QUINTA 15/6/2023	SEXTA 16/6/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho + laranja	leite vegetal com mamão	Suco de abacaxi natural+ com ovo mexido e couve + caqui	Suco integral de uva + salada de frutas (laranja, mamão, carambola)		KCAL	759,94	Kcal	KCAL	658,61	Kcal
						CHO	115,32	g	CHO	92,34	g
						PTN	34,61	g	PTN	26,34	g
						LIP	23,61	g	LIP	11,25	g
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz integral, feijão preto, Frango (sassari) ao molho, salada de alface + caqui	Arroz integral, feijão carioca, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + pontkan	Arroz integral, feijão preto, Sobrecoca ao molho com cenoura, salada de brócolis + mamão	Arroz integral, feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz integral, feijão preto, Quibe assado + espinafre, salada de repolho + pontkan	CALCIO	258,94	Mg	CALCIO	153,62	Mg
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de abacaxi natural+ c/ovo c/ couve + mamão	Suco integral de uva + salada de frutas (laranja, mamão, carambola)	Creme de manga, banana e aveia	Leite vegetal com panqueca de banana com aveia	Leite vegetal com morango e banana batido	FERRO	3,24	Mg	FERRO	2,34	Mg
						VITAMINA A	3998,61	Mcg	VITAMINA A	485,67	Mcg
Jantar 16:30H/17:00H	Polenta com almeidões ao molho, salada de beterraba + brócolis + pontkan	Canja (Arroz integral, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve + laranja	Arroz integral carreteiro com cenoura, batata + salada de tomate + espinafre + caqui	Macarrão integral com carne moída + brócolis refogado + mamão	Risoto de frango com arroz integral (cenoura, batata, milho) + rúcula + manga	VITAMINA C	61,32	Mg	VITAMINA C	246,31	Mg

Observações: Fibras e leite vegetal

ALUNO

CMEI

ZULEIDE

DIANA PIRES ARISTOTELES MEDEROS

Patricia dos Santos Alves Garcia
Már Fonecel nº 7891 CEN 5º REGIÃO
29/731

Camile Consistentino de Carvalho
Már Fonecel nº 7391 CEN 5º REGIÃO
29/102

Lígia Marcia Toledo Faria Vicente
Már Fonecel nº 1116 CEN 5º REGIÃO
29/731

Estimara Carolina Costa Simões
CEN 5º REGIÃO nº 731
4. localidade: Igarapuaçu

Mariana Resende Gonçalves
CEN 5º REGIÃO nº 1029
Mantimentos: Unidade: Igarapuaçu

CONSTIPAÇÃO INTESITINAL CRÔNICA

	SEGUNDA 19/6/2023	TERÇA 20/6/2023	QUARTA 21/6/2023	QUINTA 22/6/2023	SEXTA 23/6/2023	INFORMAÇÃO NUTRICIONAL					
						MÉDIA SEMANAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL TARDE		
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco integral de uva + salada de frutas (banana, mamão, laranja)	Suco de uva integral + panqueca colorida de cenoura	Leite vegetal com morango e banana batido	Purê de abacate com banana	Vitamina de frutas (banana+mamão) com leite vegetal + biscoito de aveia com banana	KCAL	758,64	Kcal	KCAL	603,21	Kcal
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral, feijão preto, Carne moída com legumes (abobrinha e cenoura + agrião), salada de alface + mamão	Arroz integral, feijão carioca, Ovos mexidos + couve, Abóbora refogada + laranja	Arroz integral, feijão preto, Frango ao molho com legumes (batata e abobrinha + rúcula), salada de pepino c/tomate + Vitamina de frutas (banana+mamão) com leite vegetal + biscoito de aveia com banana	Arroz integral, feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada de acelga + ponkan	Macarrão integral com frango ao molho desfiado + espinafre + salada de cenoura c/ chuchu+ laranja	CHO	112,26	g	CHO	92,61	g
Lanche 14:00H/14:30H	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho + ponkan	Mingau de aveia com banana	Arroz integral, feijão preto, Sopa de feijão, com batata, cenoura, batata + salada de alface c/ tomate + espinafre + ponkan	Polenta + frango ao molho + salada de acelga + manga	Purê de batatas + carne moída ao molho + escarola + salada de beterraba + melão	PTN	34,51	g	PTN	25,61	g
Jantar 16:30H/17:00H	Sopa de frango + mandioca+ beterraba+ abobrinha + espinafre + caqui	Arroz integral, feijão preto, Sopa de feijão, com batata, cenoura, batata + salada de alface c/ tomate + espinafre + ponkan	Sopa de feijão, com batata, cenoura + couve + laranja	Polenta + frango ao molho + salada de acelga + manga	Purê de batatas + carne moída ao molho + escarola + salada de beterraba + melão	LIP	21,39	g	LIP	12,37	g
	SEGUNDA 26/6/2023	TERÇA 27/6/2023	QUARTA 28/6/2023	QUINTA 29/6/2023	SEXTA 30/6/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural+ com ovo mexido e couve + mamão	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho + melão	Creme de mamão, banana e leite vegetal	Suco de maracujá com couve + banana com aveia	leite vegetal com panqueca de banana com aveia	KCAL	758,64	Kcal	KCAL	594,94	Kcal
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral, feijão preto, Frango (sassami) grelhado, salada de acelga + caqui	Arroz integral, feijão carioca, Carne moída ao molho + rúcula, Polenta, salada de cenoura + mamão	Arroz integral, feijão preto, Omelete assado + espinafre, (cenoura e abobrinha refogada) + ponkan	Arroz integral, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura, couve-flor) + mamão	Macarrão integral com molho de carne moída + escarola, salada de beterraba + mamão	CHO	112,24	g	CHO	92,61	g
Lanche 14:00H/14:30H	Leite vegetal com morango e banana batido	Suco de uva integral + panqueca colorida de beterraba	Vitamina de frutas (banana+abacate) com leite vegetal + biscoito de aveia com banana	leite vegetal + mamão	Suco integral de maçã + salada de frutas (caqui, mamão, laranja)	PTN	36,21	g	PTN	23,64	g
Jantar 16:30H/17:00H	Macarrão integral com carne moída + brócolis refogado + ponkan	Canja (Arroz integral, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve	Arroz integral, feijão preto, Sopa de feijão, com batata, cenoura, batata + salada de couve flor + espinafre + caqui	Sopa de feijão, com batata, carne, cenoura + couve + laranja	Polenta + frango ao molho + salada de acelga + caqui	LIP	24,31	g	LIP	11,33	g
						CALCIO	289,64	Mg	CALCIO	185,64	Mg
						FERRO	3,24	Mg	FERRO	2,34	Mg
						VITAMINA A	4857,64	Mcg	VITAMINA A	485,67	Mcg
						VITAMINA C	62,34	Mg	VITAMINA C	245,31	Mg

Observações: Fibras e leite vegetal

ALUNO

DIANA PIRES ARISTOTELES MEDEIROS

ZULEIDE

CMEI

Patricia dos Santos Alves Garcia
Matr Funcional nº 7593 CEN 8ª REGIÃO
Nº7181

Lilja Maria Volio Faria Viceante
Matr Funcional nº 11146 CEN 8ª REGIÃO
Nº7231

Camille Consistentino de Carvalho
Matr Funcional nº 7894 CEN 8ª REGIÃO
Nº7102

Liliane Costa Costa Siqueira
CEN 8ª REGIÃO nº 6493
Coordenadora Operacional

Márcia Rosalino Gonçalves
CEN 8ª REGIÃO nº 14920
Nutricionista Coordenadora Operacional