ESCOLA PARCIAL ESPECIAL - CARDÁPIO MAIO/2023

APLV + S/OVO+ S/OLEAGINOSAS + S/TOMATE + S/PEIXE + S/BANANA

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		
	01/mai	02/mai	03/mai	04/mai	05/mai						
Merenda Manhã 10:00H	FERIADO	Arroz, feijão carioca, Frango (sassami) ao molho, salada de beterraba + pêra	Café com leite vegetal + pão fatiado s/leite s/ovos + creme vegetal	arroz integral, feijão carioca, Carne moída com legumes (cenoura e chuchu) , salada de alface + laranja	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) salada de repolho + maçã	KCAL	526,39	Kcal	KCAL	526,39	Kcal
						CHO	89,61	g	CHO	89,61	g
Merenda Tarde 15:00H		Arroz, feijão carioca, Frango (sassami) ao molho, salada de beterraba + pêra	Café com leite vegetal + pão fatiado s/leite s/ovos + creme vegetal	arroz integral, feijão carioca, Carne moída com legumes (cenoura e chuchu) , salada de alface + laranja	Suco integral de maçã+ bolo de fubá s/leite s/ ovos + ponkan	PTN	18,52	g	PTN	18,52	g
						LIP	11,23	g	LIP	11,23	g
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
	08/mai	09/mai	10/mai	11/mai	12/mai						
Merenda Manhã 10:00H	Arroz, feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de couve-flor + abacaxi	Arroz, feijão carioca, quibe assado s/ovo , salada repolho + maçã	Leite vegetal batido morango+ biscoito doce integral s/leite s/ovos +mamão	Arroz, feijão carioca, carne moída ao molho, purê de batatas s/leite, salada de cenoura	Arroz, feijão preto, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura, abobrinha) + laranja	KCAL	675,21	Kcal	KCAL	675,21	Kcal
						CHO	85,32	g	CHO	85,32	g
Merenda Tarde 15:00H	Arroz, feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de couve-flor + abacaxi	Arroz, feijão carioca, quibe assado s/ovo , salada repolho + maçã	Leite vegetal batido morango+ biscoito doce integral s/leite s/ovos +mamão	Arroz, feijão carioca, carne moída ao molho, purê de batatas s/leite, salada de cenoura	Leite vegetal com mamão + Bolo cenoura sem cobertura s/leite s/ovos	PTN	18,52	g	PTN	18,52	g
						LIP	13,62	g	LIP	13,62	g
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
	15/mai	16/mai	17/mai	18/mai	19/mai						
Merenda Manhã 10:00H	Macarrão s/ovos com molho de carne moída, salada de beterraba + caqui	Arroz, feijão carioca, frango ao molho com abobrinha refogada, salada de alface	Café com leite vegetal + biscoito salgado integral s/leite s/ovos + maçã	arroz/ feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e abobrinha), salada de acelga + pêra	Arroz,feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + maçã	KCAL	683,21	Kcal	KCAL	683,21	Kcal
						CHO	84,67	g	CHO	84,67	g
Merenda Tarde 15:00H	Macarrão s/ovos com molho de carne moída, salada de beterraba + caqui	Arroz, feijão carioca, frango ao molho com abobrinha refogada, salada de alface	Café com leite vegetal + biscoito salgado integral s/leite s/ovos + maçã	arroz/ feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e abobrinha), salada de acelga + pêra	Chá com leite vegetal + pão s/leite s/ovos + creme vegetal	PTN	19,54	g	PTN	19,54	g
						LIP	10,32	g	LIP	10,32	g
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
	22/mai	23/mai	24/mai	25/mai	26/mai						
Merenda Manhã 10:00H	Arroz, feijão preto, sassami ao molho, legumes refogados(chuchu e cenoura) + maçã	Arroz, feijão carioca, Bolinho de carne ao molho s/ovos, salada de acelga + caqui	Leite vegetal batido morango+ biscoito doce integral s/leite s/ovos + pera	Arroz, feijão carioca, Barreado, farinha mandioca + salada alface e cebola+ maçã	Suco integral de uva, Pão s/leite s/ovos c/ frango desfiado, alface, cenoura ralada + bolo de laranja s/leite s/ovos	KCAL	698,53	Kcal	KCAL	698,53	Kcal
						CHO	82,31	g	CHO	82,31	g
Merenda Tarde 15:00H	Arroz, feijão preto, sassami ao molho, legumes refogados(chuchu e cenoura) + maçã	Arroz, feijão carioca, Bolinho de carne ao molho s/ovos, salada de acelga + caqui	Leite vegetal batido morango+ biscoito doce integral s/leite s/ovos + pera	Arroz, feijão carioca, Barreado, farinha mandioca + salada alface e cebola+ maçã	Suco integral de uva, Pão s/leite s/ovos c/ frango desfiado, alface, cenoura ralada + bolo de laranja s/leite s/ovos	PTN	16,24	g	PTN	16,24	g
						LIP	11,26	g	LIP	11,26	g
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
	29/mai	30/mai	31/mai								
Merenda Manhã 10:00H	Arroz, Feijoada com cubos de carne bovina, Farinha de mandioca + laranja	Arroz integral, feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de chuchu e cenoura + pêra	Salada de frutas (maçã, mamão, kiwi) com aveia			KCAL	542,30	Kcal	KCAL	542,30	Kcal
						CHO	84,62	g	CHO	84,62	g
Merenda Tarde 15:00H	Arroz, Feijoada com cubos de carne bovina, Farinha de mandioca + laranja	Arroz integral, feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de chuchu e cenoura + pêra	Salada de frutas (maçã, mamão, kiwi) com aveia			PTN	13,26	g	PTN	13,26	g
						LIP	11,20	g	LIP	11,20	g

Aluno: Maria Luiza Cordeiro de Souza / Dieta: APLV, Ovo, Castanha, Nozes, Tomate e Peixe - Camões

Observações: Substituir molho de tomate por molho de cenoura com beterraba

Observações: Biscoitos e pães sem traços de oleaginosas

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

Ligia 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

Adriana de Rezende Gonçalves
CRN 8 14920 F
Nutricionista
Grupo Rinotolândia