

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Merenda Manhã 10:00H	FERRADO	Arroz integral, feijão carioca, Frango (salsami) ao molho, salada de beterraba + pêssego	Café com Leite desnatado + pão integral s/ovos +queijo light e margarina light	arroz integral, feijão carioca, Carne moída com legumes (cenoura e chuchu), salada de alface + laranja	Risoto de frango com arroz integral (batata, cenoura, milho, frango) salada de repolho + maçã	KCAL	526.92	KCAL	526.92
		Arroz integral, feijão carioca, Frango (salsami) ao molho, salada de beterraba + pêssego	Café com Leite desnatado + pão integral s/ovos +queijo light e margarina light	arroz integral, feijão carioca, Carne moída com legumes (cenoura e chuchu), salada de alface + laranja	Suco integral de maçã+ bolo diet s/ ovos+ ponkan	CHO	92.32	CHO	92.32
Merenda Tarde 15:00H	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	PTN	18.52	PTN	18.52
	08/mai	09/mai	10/mai	11/mai	12/mai	LIP	13.20	LIP	13.20
Merenda Manhã 10:00H	Arroz integral, feijão preto, Sobrecoca ao molho com cenoura, salada de couve-flor + abacaxi	Arroz integral, feijão carioca, quibe assado s/ ovos, salada repolho + maçã	logurte de morango desnatado diet+ biscoito doce integral diet s/ ovos+ banana	Arroz integral, feijão carioca, carne moída ao molho, purê de batata, salada tomate	Arroz integral, feijão preto, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura, abobrinha) + laranja	KCAL	686.32	KCAL	686.32
						CHO	84.51	CHO	84.51
Merenda Tarde 15:00H	Arroz integral, feijão preto, Sobrecoca ao molho com cenoura, salada de couve-flor + abacaxi	Arroz integral, feijão carioca, quibe assado s/ ovos, salada repolho + maçã	logurte de morango desnatado diet+ biscoito doce integral diet s/ ovos+ banana	Arroz integral, feijão carioca, carne moída ao molho, purê de batata, salada tomate	Leite desnatado com mamão + bolo diet s/ ovos	PTN	18.53	PTN	18.53
						LIP	13.20	LIP	13.20
	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	KCAL	643.20	KCAL	643.20
Merenda Manhã 10:00H	Macarrão integral s/ ovos com molho de carne moída, salada de beterraba + caqui	Arroz integral, feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de tomate	Café com Leite desnatado + biscoito salgado integral s/ ovos+ banana	arroz integral/ feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e abobrinha), salada de acelga + pêssego	Arroz integral, feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + banana	CHO	84.61	CHO	84.61
						PTN	17.62	PTN	17.62
Merenda Tarde 15:00H	Macarrão integral s/ ovos com molho de carne moída, salada de beterraba + caqui	Arroz integral, feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de tomate	Café com Leite desnatado + biscoito salgado integral s/ ovos+ banana	arroz integral/ feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e abobrinha), salada de acelga + pêssego	Chá com Leite desnatado + pão integral s/ ovos+ margarina light	LIP	12.35	LIP	12.35
	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	KCAL	649.53	KCAL	649.53
Merenda Manhã 10:00H	Arroz integral, feijão preto, salsami ao molho, legumes refogados(chuchu e cenoura) + maçã	Arroz integral, feijão carioca, Bolinho de carne ao molho s/ ovos, salada de acelga + caqui	logurte de morango desnatado diet+ biscoito doce integral diet s/ ovos+ banana	Arroz integral, feijão carioca, Barreado, farinha mandioca + salada tomate e cebola+ banana	Suco integral de uva, pão integral s/ ovos c/ Frango desfiado, alface, cenoura ralada + bolo diet s/ ovos	CHO	82.31	CHO	82.31
						PTN	14.20	PTN	14.20
Merenda Tarde 15:00H	Arroz integral, feijão preto, salsami ao molho, legumes refogados(chuchu e cenoura) + maçã	Arroz integral, feijão carioca, Bolinho de carne ao molho s/ ovos, salada de acelga + caqui	logurte de morango desnatado diet+ biscoito doce integral diet s/ ovos+ banana	Arroz integral, feijão carioca, Barreado, farinha mandioca + salada tomate e cebola+ banana	Suco integral de uva, pão integral s/ ovos c/ Frango desfiado, alface, cenoura ralada + bolo diet s/ ovos	LIP	11.23	LIP	11.23
	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	00/jan	00/jan	KCAL	556.23	KCAL	556.23
Merenda Manhã 10:00H	Arroz integral, feijoad com cubos de carne bovina, Farinha de mandioca + laranja	Arroz integral, feijão carioca, Sobrecoca ao molho com cenoura, salada de chuchu e cenoura + pêssego	Salada de frutas (maçã, mamão, kiwi) com aveia			CHO	86.32	CHO	86.32
						PTN	15.20	PTN	15.20
Merenda Tarde 15:00H	Arroz integral, feijoad com cubos de carne bovina, Farinha de mandioca + laranja	Arroz integral, feijão carioca, Sobrecoca ao molho com cenoura, salada de chuchu e cenoura + pêssego	Salada de frutas (maçã, mamão, kiwi) com aveia			LIP	11.32	LIP	11.32

Aluna: Eloah Valentina Cordêiro - Almirante

Observação: Adquirir Surtinho ou Surtita


Patrícia dos Santos Alves Garcia
Matr. Funcional nº 7891 CEN 8º REGIÃO
Nº 7781


Ligia Maria Toledo Faria Vicente
Matr. Funcional nº 11146 CEN 8º REGIÃO
Nº 7771


Camille Consuelino de Carvalho
Matr. Funcional nº 7894 CEN 8º REGIÃO
Nº 1107


Lidiane Correa Costa Sotócia
CEN 8º REGIÃO 6003 Coordenadora
Funcional


Mariana Escudinho Gonçalves
CEN 8 14020 P
Nutricionista
Orgão Responsável