

		SEGUNDA 3/7/2023	TERÇA 4/7/2023	QUARTA 5/7/2023	QUINTA 6/7/2023	SEXTA 7/7/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H	Leite com mamão + biscoito de polvilho salgado	Leite com maçã + pão fatiado integral + manteiga	Suco natural de laranja + Sanduiche de pão fatiado + queijo+ alface+tomate	Suco natural de laranja + bolo de fubá + ponkan picada	FÉRIAS ESCOLARES		KCAL	669,61	KCAL	669,64
							CHO	154,32	CHO	113,29
							PTN	21,37	PTN	21,34
							LIP	24,60	LIP	11,29
							CALCIO	263,35	CALCIO	156,32
Lanche 14:00H/14:30H	Suco natural de laranja + pão fatiado + queijo + margarina	Suco natural de laranja + bolo de fubá + ponkan picada	Vitamina de banana e abacate + biscoito doce integral	Leite com mamão + pão fatiado + manteiga			FERRO	4,21	FERRO	4,09
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha+ Maçã picada	Polenta com carne moída refogada + salada de beterraba+ laranja picada	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + ponkan picada	Pure de batatas + carne moída refogada + salada de alface+ banana picada			VITAMINA A	584,61	VITAMINA A	362,51
							VITAMINA C	83,62	VITAMINA C	102,37
	SEGUNDA 10/7/2023	TERÇA 11/7/2023	QUARTA 12/7/2023	QUINTA 13/7/2023	SEXTA 14/7/2023		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES		KCAL		KCAL	
Almooço 10:30H/11:00H							CHO		CHO	
Lanche 14:00H/14:30H							PTN		PTN	
							LIP		LIP	
							CALCIO		CALCIO	
Jantar 16:00H/16:30H							FERRO		FERRO	
							VITAMINA A		VITAMINA A	
							VITAMINA C		VITAMINA C	
	SEGUNDA 17/7/2023	TERÇA 18/7/2023	QUARTA 19/7/2023	QUINTA 20/7/2023	SEXTA 21/7/2023		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES		KCAL	859,61	KCAL	869,64
							CHO	124,36	CHO	129,66
							PTN	24,31	PTN	22,38
							LIP	19,64	LIP	21,37
							CALCIO	263,59	CALCIO	265,94
Almooço 10:30H/11:00H							FERRO	3,24	FERRO	3,61
Lanche 14:00H/14:30H	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES		Iogurte morango+ biscoito doce integral + banana picada			
							Suco natural de laranja + Sanduiche de pão fatiado + queijo+ alface+tomate			
							Arroz cozido no caldo de cenoura + caldo de feijão carioca + ovos mexidos + abobora refogada + pure de batata + laranja picada			
							Arroz cozido no caldo de cenoura + caldo de feijão preto + carne moída refogada + pure de batata + salada de repolho + ponkan picada			
							Vitamina de abacate+banana+ biscoito doce integral			
Jantar 16:00H/16:30H							Polenta, carne moída refogada + abobrinha refogada + ponkan picada			
	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES		Risoto de frango (cenoura, batata, milho, ervilha) + laranja picada			
							VITAMINA A	2785,64	VITAMINA A	2665,34
							VITAMINA C	53,26	VITAMINA C	57,61

Patricia dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional n° 893 CRN 8ª REGIÃO
Nº 1781

Camile Consentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8ª REGIÃO
Nº 1102

Lígia Márcia Toledo Faia Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO
Nº2321

doctus

Miliana Revellino Gonçalves
CEN 8 REVOLUÇÃO 14926
Núcleo de Inovação Tecnológica (EPR) e Inovação

	SEGUNDA 24/7/2023	TERÇA 25/7/2023	QUARTA 26/7/2023	QUINTA 27/7/2023	SEXTA 28/7/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco natural de laranja + pão com ovo + maçã picada	Leite com mamão + bolo de laranja	Logurite morango+ biscoito doce integral + banana picada	Salada de frutas (banana, mamão, morango) com aveia	Suco natural de laranja + pão com frango desfiado + alface + cenoura ralada + bolo de chocolate s/ cobertura	CHO 150,26	g	CHO 118,86	g
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz cozido no caldo de beterraba + caldo de feijão preto, sobrecoxa assada com cenoura + pure de batatas + salada de brócolis + laranja picada	Arroz cozido no caldo de cenoura, caldo de feijão carioca, carne moída refogada + pure de batatas + salada de acelga + pontkan picada	Arroz cozido no caldo de beterraba + caldo de feijão preto + frango grelhado + jardineira de legumes (couve-flor, cenoura e brócolis) + pure de batatas + mamão picado	Arroz cozido no caldo de cenoura + caldo de feijão carioca, ovos mexidos + farinha de mandioca + pure de batatas + salada de tomate e cebola + laranja picada	Macarrão com carne moída refogada +salada de alface+maçã picada	PTN 32,61	g	PTN 22,37	g
Lanche 14:00H/14:30H	Sagu + maçã picada	Suco natural de laranja + pão integral com requeijão	Salada de frutas (banana, mamão, morango) com aveia	Leite com maçã + biscoito salgado integral + maçã picada	Suco natural de laranja + pão com frango desfiado + alface + cenoura ralada + bolo de chocolate s/ cobertura	LIP 24,61	g	LIP 25,69	g
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de feijão, com batata, carne, cenoura + pontkan picada	Polenta + frango desfiado + salada de acelga + maçã picada	Purê de batatas + carne moída refogada + salada de beterraba + laranja picada	Arroz carreteiro com cenoura, batata + salada de alface+banana picada	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) +mamão picada	VITAMINA A 2669,65	Mcg	VITAMINA A 2659,64	Mcg
	SEGUNDA 31/7/2023	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	VITAMINA C 61,37	Mg	VITAMINA C 44,39	Mg
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco natural de laranja + pão integral com requeijão					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL 869,32	Kcal	KCAL 769,65	Kcal
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral cozido no caldo de beterraba + caldo de feijão carioca + frango sassami grelhado + pure de batatas + salada de acelga + pontkan picada					CHO 124,37	g	CHO 124,61	g
						PTN 26,39	g	PTN 23,64	g
Lanche 14:00H/14:30H	Suco natural de laranja + pão com ovo + maçã picada					LIP 15,28	g	LIP 11,29	g
						CALCIO 429,57	Mg	CALCIO 186,64	Mg
Jantar 16:00H/16:30H	Macarrão com carne moída refogada+ brócolis refogado + pontkan picada					FERRO 3,21	Mg	FERRO 2,37	Mg
						VITAMINA A 309,61	Mcg	VITAMINA A 436,25	Mcg
						VITAMINA C 63,27			

Observações: Integral - Arroz cozido com legumes + caldo de feijão + purê de batatas + frango assado + carne moída + frutas picadas + suco de laranja natural + vitamina + logurite

CMEI

NÁDIA IARA

ALUNO

ANTHONY GOULARD DA SILVA


Patrícia dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional nº 7553 CRN 8º REGIÃO
Nº1781


Camille Consentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO
Nº1102


Ligia Maria Toledo Faria Viçente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO
Nº2221


Ediane Garcia Costa Simões
CRN 8º REGIÃO nº 6103
Coordenadora de Operacional


Mariana Resoldino Gonçalves
CRN 8º REGIÃO nº 14920
Nutricionista Coordenadora Operacional