

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
		3/7/2023	4/7/2023	5/7/2023	6/7/2023	7/7/2023						
Desjejum 7:30H/8:00H	Leite s/ lactose com mamão + biscoito de polvilho salgado s/ lactose	Chá com leite s/ lactose + pão fatiado integral s/ lactose + manteiga s/ lactose	Suco integral de Uva+ Sanduiche de pão fatiado s/ lactose + queijo s/ lactose + alface+tomate	Suco integral de maçã + bolo de tuba s/ lactose + ponkan	FÉRIAS ESCOLARES		KCAL	825,31	Kcal	KCAL	763,35	Kcal
Almogo 10:30H/11:00H	Arroz + feijão preto + carne ao molho + pure de batatas s/ leite + salada de beterraba	Arroz + feijão carioca, frango assado (sobrecoca) + milho e cenoura refogados + maçã	Arroz + feijão preto + carne moída com legumes (brócolis e cenoura) + salada de alface + mamão picado	Arroz + feijão carioca + peixe ao molho + pirão de peixe + salada de alface			CHO	152,34	g	CHO	113,67	g
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite s/ lactose + pão fatiado s/ lactose + queijo s/ lactose + margarina s/ lactose	Suco integral de maçã + polo de tubã s/ lactose + ponkan	Vitamina de banana e abacate com leite s/ lactose + biscoito doce integral s/ lactose	Chá com leite s/ lactose + pão fatiado s/ lactose + manteiga s/ lactose			PTN	22,39	g	PTN	21,34	g
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha+ Maçã	Poleinta com almondegas ao molho + salada de beterraba+ laranja	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + ponkan	Purê de batatas s/ leite + carne moída ao molho + salada de alface+ banana			LIP	19,62	g	LIP	10,26	g
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA			SEXTA	14/7/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	10/7/2023	11/7/2023	12/7/2023	13/7/2023			KCAL		Kcal	KCAL		Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H	FÉRIAS ESCOLARES				FÉRIAS ESCOLARES		CHO		g	CHO		g
Almogo 10:30H/11:00H							PTN		g	PTN		g
Lanche 14:00H/14:30H							LIP		g	LIP		g
Jantar 16:00H/16:30H							CALCIO		Mg	CALCIO		Mg
							FERRO		Mg	FERRO		Mg
							VITAMINA A		Mcg	VITAMINA A		Mcg
							VITAMINA C		Mg	VITAMINA C		Mg
							SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	21/7/2023
	17/7/2023	18/7/2023	19/7/2023	20/7/2023			KCAL	876,92	Kcal	KCAL	836,92	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H	FÉRIAS ESCOLARES					FÉRIAS ESCOLARES	CHO	124,37	g	CHO	123,54	g
Almogo 10:30H/11:00H							PTN	26,38	g	PTN	24,63	g
Lanche 14:00H/14:30H							LIP	26,31	g	LIP	28,69	g
Jantar 16:00H/16:30H							CALCIO	212,32	Mg	CALCIO	285,86	Mg
							FERRO	2,89	Mg	FERRO	3,27	Mg
							VITAMINA A	2416,37	Mcg	VITAMINA A	2889,67	Mcg
							VITAMINA C	59,63	Mg	VITAMINA C	58,61	Mg
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	21/7/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
	17/7/2023	18/7/2023	19/7/2023	20/7/2023			KCAL	876,92	Kcal	KCAL	836,92	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H	FÉRIAS ESCOLARES					FÉRIAS ESCOLARES	CHO	124,37	g	CHO	123,54	g
Almogo 10:30H/11:00H							PTN	26,38	g	PTN	24,63	g
Lanche 14:00H/14:30H							LIP	26,31	g	LIP	28,69	g
Jantar 16:00H/16:30H							CALCIO	212,32	Mg	CALCIO	285,86	Mg
							FERRO	2,89	Mg	FERRO	3,27	Mg
							VITAMINA A	2416,37	Mcg	VITAMINA A	2889,67	Mcg
	VITAMINA C	59,63	Mg	VITAMINA C	58,61	Mg						



Atendimento Especializado  
Minimiza Revóluno Corporal  
CEN 87-RE-145 n° 34928  
Nutricionista e Controlador e Profissional



## INTOLERÂNCIA À LACTOSE

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	
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural + pão s/ lactose com ovo + maçã	Leite s/ lactose com mamão + bolo de laranja s/ lactose	iogurte morango s/ lactose + biscoito doce integral s/ lactose + banana	Salada de frutas ( banana, mamão, morango) com aveia	Suco integral de uva+ pão s/ lactose com frango desfiado + alface + cenoura ralada + bolo de chocolate s/ cobertura s/ lactose	KCAL	896,62	Kcal		KCAL	763,21	Kcal	
						CHO	153,28	g		CHO	113,25	g	
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz + feijão preto, sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + laranja	Arroz, feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada de acelga + ponkan	Arroz + feijão preto + frango ao molho + jardineira de legumes (couve-flor, cenoura e brócolis) + mamão picado	Arroz + feijão carioca, barreado + farinha de mandioca + salada de tomate e cebola + laranja	Macarrão com carne moída +salada de alface+maçã	PTN	33,28	g		PTN	22,67	g	
						LIP	24,61	g		LIP	21,37	g	
Lanche 14:00H/14:30H	Sagü + maçã	Suco integral de uva + pão integral s/ lactose com queijo s/ lactose	Salada de frutas ( banana, mamão, morango) com aveia	Café com leite s/ lactose + biscoito salgado integral s/ lactose + maçã	Suco integral de uva+ pão s/ lactose com frango desfiado + alface + cenoura ralada + bolo de chocolate s/ cobertura s/ lactose	CALCIO	248,97	Mg		CALCIO	125,69	Mg	
						FERRO	4,36	Mg		FERRO	3,29	Mg	
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de feijão, com batata, carne, cenoura + ponkan	Potencia + frango ao molho + salada de acelga + maçã	Purê de batatas s/ leite + carne moída ao molho + salada de beterraba + laranja	Arroz carreteiro com cenoura, batata + salada de alface+banana	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) +mamão	VITAMINA A	2553,69	Mcg		VITAMINA A	2599,61	Mcg	
						VITAMINA A	61,37	Mg		VITAMINA C	44,32	Mg	
SEGUNDA 31/7/2023		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco integral de uva + pão integral s/ lactose com queijo s/ lactose					KCAL	896,54	Kcal		KCAL	769,32	Kcal	
						CHO	124,37	g		CHO	152,34	g	
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral + feijão carioca + frango sassami grelhado + salada de acelga + ponkan					PTN	24,63	g		PTN	24,36	g	
						LIP	21,36	g		LIP	13,27	g	
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de abacaxi natural + pão s/ lactose com ovo + maçã					CALCIO	412,30	Mg		CALCIO	185,64	Mg	
						FERRO	3,29	Mg		FERRO	2,36	Mg	
Jantar 16:00H/16:30H	Macarrão com carne moída + brócolis refogado + ponkan					VITAMINA A	306,24	Mcg		VITAMINA A	425,31	Mcg	
						VITAMINA C	61,39	Mg		VITAMINA C	211,32	Mg	

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

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

*[Assinatura]*  
 Lígia Marcia Toledo Faria Vicente  
 Mat Funcional nº 11146 CRN 8ª REGIÃO  
 Nº2221

*[Assinatura]*  
 Eliane Correa Costa Suelin  
 CRN 8ª REGIÃO nº 6303  
 Coordenadora Operacional

*[Assinatura]*  
 Mariana Revolino Gonçalves  
 CRN 8ª REGIÃO nº 14929  
 Nutricionista Coordenadora Operacional