

CARDÁPIO ESCOLAS INTEGRAIS – CARDÁPIO JULHO/2023



SÍNDROME NEFRÓTICA

SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	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 com leite + biscoito de polvilho saibado	Chá com leite + pão frito integral + manteiga	Suco integral de Uva+ Sanduiche de pão frito + queijo+ alface+tomate	Suco integral de maçã + bolo de fuba + portkan	FÉRIAS ESCOLARES	KCAL	993,25	KCAL	429,63
Almoço 10:30H/1:00H	Arroz + feijão preto + carne ao molho + pure de batatas + salada de beterraba	Arroz + feijão carioca, frango assado (sobrecoxa) + creme de milho + 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	FÉRIAS ESCOLARES	CHO	152,34	CHO	74,31
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite + pão frito + queijo + margarina	Suco integral de maçã + bolo de fuba + portkan	Vitamina de banana e abacate + biscoito doce integral	Chá com leite + pão frito + manteiga	FÉRIAS ESCOLARES	PTN	33,21	PTN	15,28
						LP	21,37	LP	11,34
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL		KCAL	
						CHO	9	CHO	9
						PTN	9	PTN	9
						LP	9	LP	9
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	795,62	KCAL	426,39
						CHO	125,34	CHO	125,64
						PTN	8,62	PTN	16,55
						LP	14,27	LP	9,64
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	975,61	KCAL	465,28
						CHO	124,37	CHO	83,67
						PTN	33,28	PTN	16,95
						LP	19,64	LP	9,24
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	852,34	KCAL	412,23
						CHO	124,95	CHO	63,28
						PTN	23,64	PTN	12,37
						LP	22,30	LP	15,24

Observação: Substituir o sal por temperos naturais.

ESCOLA

ALUNO

Patricinha dos Santos Alves Carreira
 Mãe Funcional nº 7891 CRI nº 8781400 N°7181
 Lígia Maria de Melo Laran, Viçente
 Mãe Funcional nº 11146 CRI nº 8781400 N°2321
 Camille Conceição de Carvalho
 Mãe Funcional nº 7891 CRI nº 8781400 N°1102
 Eliane Correia Costa Sotelo
 Mãe Funcional nº 7891 CRI nº 8781400 N° 9934
 Mariana Resende Gonçalves
 Mãe Funcional nº 7891 CRI nº 8781400 N° 1029