



PIAÇAGUERA/EUFRASINA – CARDÁPIO JULHO/2023



	SEGUNDA-FEIRA 30/7/2023	TERÇA-FEIRA 4/7/2023	QUARTA-FEIRA 5/7/2023	QUINTA-FEIRA 6/7/2023	SEXTA-FEIRA 7/7/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
MERENDA MANHÃ	Leite com mamão + 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 + ponkan	FÉRIAS ESCOLARES	KCAL	875,32	9	KCAL	786,62	9
						CHO	123,62	9	CHO	116,62	9
						PTN	24,51	9	PTN	22,31	9
MERENDA TARDE	Arroz + feijão preto + carne ao molho + pure de batatas + salada de beterraba	Arroz + feijão carioca, frango assado (sobrecoca) + 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 + pão de peixe + salada de alface		LIP	32,26	9	LIP	23,61	9
	SEGUNDA-FEIRA 10/7/2023	TERÇA-FEIRA 11/7/2023	QUARTA-FEIRA 12/7/2023	QUINTA-FEIRA 13/7/2023	SEXTA-FEIRA 14/7/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
MERENDA MANHÃ	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	KCAL		9	KCAL		9
						CHO		9	CHO		9
						PTN		9	PTN		9
MERENDA TARDE						LIP		9	LIP		9
	SEGUNDA-FEIRA 17/7/2023	TERÇA-FEIRA 18/7/2023	QUARTA-FEIRA 19/7/2023	QUINTA-FEIRA 20/7/2023	SEXTA-FEIRA 21/7/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
MERENDA MANHÃ	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	FÉRIAS ESCOLARES	Café com leite + pão frito + margarina+queijo	Vitamina de abacate+banana+ biscoito doce integral	KCAL	854,21	9	KCAL	803,25	9
				CHO	124,67	9	CHO	116,65	9		
				PTN	22,36	9	PTN	21,34	9		
MERENDA TARDE				Arroz + feijão carioca + ovos mexidos + abóbora refogada + laranja	Arroz + feijão preto + quibe assado + salada de repolho + ponkan	LIP	32,16	9	LIP	21,03	9
	SEGUNDA-FEIRA 24/7/2023	TERÇA-FEIRA 25/7/2023	QUARTA-FEIRA 26/7/2023	QUINTA-FEIRA 27/7/2023	SEXTA-FEIRA 28/7/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
MERENDA MANHÃ	Suco de abacaxi natural + pão com ovo + maçã	Leite com mamão + bolo de laranja	Iogurte morango+ biscoito doce integral + banana	Salada de frutas (banana, mamão, morango) com aveia	Café com leite + biscoito saibado integral + maçã	KCAL	702,34	9	KCAL	788,63	9
				CHO	123,64	9	CHO	114,21	9		
MERENDA TARDE	Arroz + feijão preto, sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + laranja	Arroz, feijão carioca, Boinho de carne ao molho, salada de alface + 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	Suco integral de uva+ pão com frango desfiado + alface + cenoura ralada + bolo de chocolate s/ cobertura	PTN	21,37	9	PTN	23,06	9
						LIP	32,61	9	LIP	22,3	9
	SEGUNDA-FEIRA 31/7/2023	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
MERENDA MANHÃ	Suco integral de uva + pão integral com requeijão					KCAL	725,34	9	KCAL	786,32	9
						CHO	118,36	9	CHO	112,34	9
						PTN	21,37	9	PTN	16,24	9
MERENDA TARDE	Arroz integral + feijão carioca + frango saasami grelhado + salada de alface + ponkan					LIP	31,2	9	LIP	21,36	9

Patricia dos Santos Alves Garcia
Mat.Funcional nº 7893, CEN 8º RIGIÇÃO
Nº 1781

Ligia Maria Toledo para Vicente
Mat.Funcional nº 11146, CEN 8º RIGIÇÃO
Nº 2321

Camile Constantino de Carvalho
Mat.Funcional nº 7894, CEN 8º RIGIÇÃO
Nº 1102

Ludiane Garcia Lyrio Sordelli
CEN 8º RIGIÇÃO nº 14320
E-Coordenadora Operacional

Marciana Revellim Gonçalves
CEN 8º RIGIÇÃO nº 14320
Supervisor Coordenador Operacional