

SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
						1/6/2023		2/6/2023									
Desjejum 7:30H/8:00H							Café com leite + biscoito de polvilho s/ glúten + mamão		Leite com maçã+ Bolo de laranja s/ glúten	KCAL	892,31	Kcal		KCAL	468,52	Kcal	
Almôgo 10:30H/11:00H							Arroz, feijão carioca, Barreado, batata refogada + salada tomate e cebola+ banana		Arroz, feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + ponkan	CHO	156,34	g		CHO	73,62	g	
Lanche 14:00H/14:30H							Salada de frutas (maçã, mamão, kiwi)		Chá com leite+ biscoito salgado integral s/ glúten + caqui	PTN	33,68	g		PTN	12,34	g	
										LIP	19,53	g		LIP	11,22	g	
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
5/6/2023		6/6/2023		7/6/2023		8/6/2023		9/6/2023									
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite + pão integral s/ glúten +queijo e margarina	Yogurte de morango+ biscoito doce integral s/ glúten + banana	Vitamina de frutas (banana+abacate) + biscoito doce integral s/ glúten							KCAL	897,62	Kcal		KCAL	758,64	Kcal	
Almôgo 10:30H/11:00H	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + mandioca refogada + laranja	Arroz, feijão carioca, Frango assado(sobrecoxa), milho e cenoura refogada + ponkan	Arroz, feijão preto, Carne ao molho, purê de batatas, salada de beterraba				FERIADO		RECESSO	CHO	152,37	g		CHO	62,37	g	
Lanche 14:00H/14:30H	Vitamina de frutas (maçã + mamão) + biscoito doce integral s/ glúten	Suco de abacaxi natural + pão s/ glúten com ovo + caqui	Suco integral de maçã+ bolo de fubá s/ glúten+ laranja							PTN	22,37	g		PTN	15,62	g	
										LIP	8,64	g		LIP	9,62	g	
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
12/6/2023		13/6/2023		14/6/2023		15/6/2023		16/6/2023									
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite + biscoito salgado integral s/ glúten + laranja	Leite com mamão + Bolo cenoura sem cobertura s/ glúten	Suco de abacaxi natural + pão s/ glúten com ovo + caqui				Salada de frutas(maçã, mamão, carambola)		Chá com leite + pão s/ glúten + manteiga	KCAL	791,22	Kcal		KCAL	462,31	Kcal	
Almôgo 10:30H/11:00H	Arroz, integral, feijão preto, Frango (sassani) ao molho, salada de chuchu com cenoura + caqui	Arroz, feijão carioca, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + maçã	Arroz, feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + banana				Arroz, feijão carioca, Peixe ao molho, abobrinha e cenoura refogados, salada de couve flor		Arroz, feijão preto, Carne moída refogada, salada de repolho + ponkan	CHO	125,31	g		CHO	123,64	g	
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de abacaxi natural+ pão s/ glúten + c/ovo + maçã	Salada de frutas(maçã, mamão, carambola)	Suco integral de uva + pipoca salgada + maçã				Leite com banana + bolo de laranja s/ glúten		Yogurte de morango + biscoito doce integral s/ glúten + banana	PTN	8,62	g		PTN	17,63	g	
										LIP	14,32	g		LIP	8,65	g	
Observações: Os utensílios para preparação e servimento da merenda deverão ser individualizados. Inclusive a esponja para higienização.																	
ESCOLA																	
ALUNO																	

ESCOLA

ALUNO

Minimata Revolino Gonçalves
CRB 8ª REGIÃO n. 14020

SEM GLÚTEN

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	19/6/2023	20/6/2023	21/6/2023	22/6/2023	23/6/2023		
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite + pão integral s/ glúten + queijo e margarina	Suco integral de uva, sanduiche de pão fatiado s/ glúten + queijo+ tomate + alicace	logurte morango+ biscoito doce integral s/ glúten + banana	Chá com leite+ biscoito salgado s/ glúten + maçã	Suco integral de uva+ cachorro quente com pão s/ glúten + pinhão + pipoca + bolo de tubá s/ glúten	KCAL 896,54 Kcal	KCAL 462,31 Kcal
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz, feijão preto, Carne moída com legumes (abobrinha e cenoura), salada de alicace + maçã	Arroz, feijão carioca, Ovos mexidos, Abóbora refogada + laranja	Arroz, feijão preto, Frango ao molho com legumes (batata e abobrinha), salada de pepino c/ tomate + caqui	Arroz, feijão carioca, Bolinho de carne ao molho s/ glúten, salada de acelga + ponkan	Macarrão s/ glúten com frango ao molho desfiado + salada de cenoura com chuchu + laranja	CHO 125,32 g	CHO 85,62 g
Lanche 14:00H/14:30H	Chá com leite + biscoito de polvilho s/ glúten + ponkan	Arroz doce + maçã	Suco integral de uva + pão integral s/ glúten com requeijão	Café com leite + pão s/ glúten + queijo e margarina	Suco integral de uva+ cachorro quente com pão s/ glúten + pinhão + pipoca + bolo de tubá s/ glúten	PTN 34,62 LIP 23,30	PTN 18,65 LIP 11,32
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	26/6/2023	27/6/2023	28/6/2023	29/6/2023	30/6/2023		
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural + pão s/ glúten com ovo + maçã	Vitamina de frutas (banana+mamão) + biscoito doce integral s/ glúten	Suco integral de uva, pão integral s/ glúten com requeijão	Café com leite + biscoito salgado integral s/ glúten + banana	Suco integral de uva, pão s/ glúten c/ ovo mexido, alicace, cenoura ralada + bolo de laranja s/ glúten	KCAL 895,32 Kcal	KCAL 385,61 Kcal
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz, feijão preto, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + caqui	Arroz integral, feijão carioca, Carne moída ao molho, Purê de batatas, salada de cenoura + banana	Arroz, feijão preto, Omelete assado, cenoura e abobrinha refogados + ponkan	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura e couve flor) + maçã	Macarrão s/ glúten com molho de carne moída, salada de beterraba + mamão	CHO 124,62 g	CHO 63,32 g
Lanche 14:00H/14:30H	logurte morango+ biscoito doce integral s/ glúten + banana	Suco integral de uva, sanduiche de pão fatiado s/ glúten + queijo+ tomate + alicace	Vitamina de frutas (banana+abacate) + biscoito doce integral s/ glúten	Chá com leite+ pão s/ glúten com manteiga	Suco integral de uva, pão s/ glúten c/ ovo mexido, alicace, cenoura ralada + bolo de laranja s/ glúten	PTN 23,62 LIP 19,62	PTN 12,37 LIP 14,32
Observações: Os utensílios para preparação e servimento da merenda deverão ser individualizados. Inclusive a esponja para higienização.							
ESCOLA							ALUNO

Patricia dos Santos Alves Garcia

Matr Funcional nº 7893 CRN 8ª REGIÃO Nº1781

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente

Matr Funcional nº 11146 CRN 8ª REGIÃO Nº731

Carmie Consentino de Carvalho

Matr Funcional nº 7894 CRN 8ª REGIÃO Nº1102

Lailiane Correia Costa Siqueira

CRN 8ª REGIÃO nº 6393

Coordenadora Operacional

Mariana Revolino Gonçalves

CRN 8ª REGIÃO nº 14929

Nutricionista Coordenadora Operacional

Página 1