



ESCOLA PARCIAL ESPECIAL – CARDÁPIO JUNHO/2023



DIABETES + SEM OVO

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL			
						MANHÃ		TARDE	
MERENDA MANHÃ 10:00H				Arroz integral, feijão carioca, Barreado, farinha mandioca + salada tomate e cebola+ banana	Arroz integral, feijão preto, Sobrecoca ao molho com cenoura, salada de brócolis + ponkan	KCAL	726.35	KCAL	559.87
						CHO	102.31	CHO	92.61
MERENDA TARDE 15:00H				Arroz integral, feijão carioca, Barreado, farinha mandioca + salada tomate e cebola+ banana	Leite desnatado com maçã+ Bolo diet s/ ovos	PTN	22.34	PTN	18.53
						LIP	12.30	LIP	11.37
	SEGUNDA-FEIRA 5/6/2023	TERÇA-FEIRA 6/6/2023	QUARTA-FEIRA 7/6/2023	QUINTA-FEIRA 8/6/2023	SEXTA-FEIRA 9/6/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL			
MERENDA MANHÃ 10:00H	Arroz integral, Feijoadá com cubos de carne bovina + Farinha de mandioca + laranja	Arroz integral, feijão carioca, Frango assado(sobrecoca), creme de milho c/ leite desnatado+ ponkan	Vitamina de frutas (banana+abacate) com leite desnatado + biscoito doce diet s/ ovos	FERIADO	RECESSO	KCAL	651.24	KCAL	651.24
						CHO	84.51	CHO	84.51
						PTN	17.21	PTN	17.21
						LIP	10.32	LIP	10.32
MERENDA TARDE 15:00H	Arroz integral, Feijoadá com cubos de carne bovina + Farinha de mandioca + laranja	Arroz integral, feijão carioca, Frango assado(sobrecoca), creme de milho c/ leite desnatado+ ponkan	Vitamina de frutas (banana+abacate) com leite desnatado + biscoito doce diet s/ ovos			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL			
						KCAL	695.54	KCAL	674.53
						CHO	85.62	CHO	78.94
						PTN	11.21	PTN	12.34
						LIP	9.56	LIP	8.91
MERENDA MANHÃ 10:00H	Arroz integral, feijão preto, Frango (sassani) ao molho, salada de chuchu com cenoura + caqui	Arroz integral, feijão carioca, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + maçã	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão integral s/ ovos com Frango desfiado + caqui	Arroz integral, feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de couve flor	Chá com leite desnatado + pão integral s/ ovos + manteiga light	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL			
						KCAL	654.21	KCAL	654.21
						CHO	85.64	CHO	85.64
						PTN	11.32	PTN	11.32
						LIP	9.56	LIP	9.56
MERENDA TARDE 15:00H	Arroz integral, feijão preto, Carne moída com legumes (abobrinha e cenoura), salada de alface + maçã	Arroz integral, feijão carioca, Frango grelhado, Abóbora refogada + laranja	Logurite morango desnatado diet + biscoito doce diet s/ ovos + banana	Arroz integral, feijão carioca, Bolinho de carne ao molho s/ ovos, salada de acelga + ponkan	Suco integral de uva+ cachorro quente com pão integral s/ ovos + pinhão + pipoca + bolo diet s/ ovos	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL			
						KCAL	687.52	KCAL	687.52
						CHO	75.62	CHO	75.62
						PTN	11.36	PTN	11.36
						LIP	9.56	LIP	9.56
MERENDA MANHÃ 10:00H	Arroz integral, feijão preto, Frango (sassani) grelhado, salada de acelga + caqui	Arroz integral, feijão carioca, Carne moída ao molho, Polenta, salada de cenoura + banana	Suco integral de uva, pão integral s/ ovos com requeijão light	Arroz integral, feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura e couve flor) + maçã	Suco integral de uva, pão integral s/ ovos c/ Frango desfiado, alface, cenoura ralada + bolo diet s/ ovos	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL			
						KCAL	687.52	KCAL	687.52
						CHO	75.62	CHO	75.62
						PTN	11.36	PTN	11.36
						LIP	9.56	LIP	9.56
MERENDA TARDE 15:00H	Arroz integral, feijão preto, Frango (sassani) grelhado, salada de acelga + caqui	Arroz integral, feijão carioca, Carne moída ao molho, Polenta, salada de cenoura + banana	Suco integral de uva, pão integral s/ ovos com requeijão light	Arroz integral, feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura e couve flor) + maçã	Suco integral de uva, pão integral s/ ovos c/ Frango desfiado, alface, cenoura ralada + bolo diet s/ ovos	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL			
						KCAL	687.52	KCAL	687.52
						CHO	75.62	CHO	75.62
						PTN	11.36	PTN	11.36
						LIP	9.56	LIP	9.56

Observações: Adoçante Sucralose ou Stevia

ESCOLA

ALUNO

ELOAH VALENTINA CORDEIRO

ALMIRANTE

Parteira dos Santos Alves Garcia
Matr. funcional nº 11146 CNR 8º REGIÃO
Nº 7781

Ligia Mônica Tolosa Faria Viscane
Matr. funcional nº 11146 CNR 8º REGIÃO
Nº 7791

Carine Constantino de Carvalho
Matr. funcional nº 7804 CNR 8º REGIÃO
Nº 7100

Liliane T. Corrêa Costa Sotêlla
CNPJ nº 08.043.176/0001-60
Coordenadora Operacional

Mariana Rescoto Gonçalves
CNPJ nº 08.043.176/0001-60
Nutricionista Coordenadora Operacional