

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ
MERENDA MANHÃ 10:00H				Arroz, feijão carioca, Barrado, batata refogada + salada tomate e cebola+ banana	Arroz, feijão preto, Sobrecoca ao molho com cenoura, salada de brócolis + ponkan	KCAL 728,35 CHO 102,31	KCAL 751,32 CHO 95,51
MERENDA TARDE 15:00H				Arroz, feijão carioca, Barrado, batata refogada + salada tomate e cebola+ banana	Leite vegetal com maçã+ Bolo de laranja s/ leite s/ soja	PTN 24,65 LIP 13,24	PTN 22,61 LIP 11,32
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	6/6/2023	6/6/2023	7/6/2023	8/6/2023	9/6/2023	KCAL 657,94 CHO 84,64 PTN 17,62 LIP 9,65	KCAL 657,94 CHO 84,64 PTN 17,62 LIP 9,65
MERENDA MANHÃ 10:00H	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + mandioca refogada + laranja	Arroz, feijão carioca, Frango assado(sobrecoca), milho e cenoura refogados + ponkan	Vitamina de frutas (banana+abacate) com leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite s/ soja	FERIADO	RECESSO		
MERENDA TARDE 15:00H	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + mandioca refogada + laranja	Arroz, feijão carioca, Frango assado(sobrecoca), milho e cenoura refogados + ponkan	(banana+abacate) com leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite s/ soja				
	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	KCAL 657,51 CHO 85,67 PTN 14,32 LIP 9,65	KCAL 698,51 CHO 78,52 PTN 14,32 LIP 8,92
MERENDA MANHÃ 10:00H	Arroz integral, feijão preto, Frango (sassami) ao molho, salada de chuchu com cenoura + caqui	Arroz, feijão carioca, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + maçã	Suco de abacaxi natural + pão s/ leite s/ soja com ovo + caqui	Arroz, feijão carioca, Peixe ao molho, abóbora refogada, salada de couve flor	Arroz, feijão preto, Carne moída ao molho, salada de repolho + ponkan		
MERENDA TARDE 15:00H	Arroz integral, feijão preto, Frango (sassami) ao molho, salada de chuchu com cenoura + caqui	Arroz, feijão carioca, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + maçã	Suco de abacaxi natural + pão s/ leite s/ soja com ovo + caqui	Arroz, feijão carioca, Peixe ao molho, abóbora refogada, salada de couve flor	Chá com leite vegetal + pão s/ leite s/ soja + creme vegetal	PTN 14,32 LIP 9,65	PTN 14,32 LIP 8,92
	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	KCAL 703,62 CHO 85,64 PTN 12,34 LIP 10,36	KCAL 703,62 CHO 85,64 PTN 12,34 LIP 10,36
MERENDA MANHÃ 10:00H	Arroz, feijão preto, Carne moída com legumes (abobrinha e cenoura), salada de alface + maçã	Arroz, feijão carioca, Ovos mexidos, Abóbora refogada + laranja	Logure de morango vegano + biscoito doce integral s/ leite s/ soja + banana	Arroz, feijão carioca, Bolo de carne ao molho, salada de acelga + ponkan	Suco integral de uva+ cachorro quente com pão s/ leite s/ soja + pinhão + pipoca + bolo s/ leite s/ soja		
MERENDA TARDE 15:00H	Arroz, feijão preto, Carne moída com legumes (abobrinha e cenoura), salada de alface + maçã	Arroz, feijão carioca, Ovos mexidos, Abóbora refogada + laranja	Logure de morango vegano + biscoito doce integral s/ leite s/ soja + banana	Arroz, feijão carioca, Bolo de carne ao molho, salada de acelga + ponkan	Suco integral de uva+ cachorro quente com pão s/ leite s/ soja + pinhão + pipoca + bolo s/ leite s/ soja	PTN 12,34 LIP 10,36	PTN 12,34 LIP 10,36
	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	KCAL 689,54 CHO 73,82 PTN 11,62 LIP 13,24	KCAL 689,54 CHO 73,82 PTN 11,62 LIP 13,24
MERENDA MANHÃ 10:00H	Arroz, feijão preto, Frango (sassami) grelhado, salada de acelga + caqui	Arroz integral, feijão carioca, Carne moída ao molho, Purê de batatas, salada de cenoura + banana	Suco integral de uva + pão integral s/ leite s/ soja com creme vegetal	Arroz, feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura e couve flor) + maçã	Suco integral de uva, pão s/ leite s/ soja com ovos mexidos, alface, cenoura ralada + bolo s/ leite s/ soja		
MERENDA TARDE 15:00H	Arroz, feijão preto, Frango (sassami) grelhado, salada de acelga + caqui	Arroz integral, feijão carioca, Carne moída ao molho, Purê de batatas, salada de cenoura + banana	Suco integral de uva + pão integral s/ leite s/ soja com creme vegetal	Arroz, feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura e couve flor) + maçã	Suco integral de uva, pão s/ leite s/ soja com ovos mexidos, alface, cenoura ralada + bolo s/ leite s/ soja	PTN 11,62 LIP 13,24	PTN 11,62 LIP 13,24

Observações:

ALUNO

MARIANA RAMOS ARAÚJO

ESCOLA
MANOEL VIANA

Partida dos Santos Alves Garcia

Matr. Funcional nº 7893 CEN 8 RIGIÃO N°1781

Lúgia Mécia Toledo Fagundes

Matr. Funcional nº 11146 CEN 8 RIGIÃO N°2321

Camile Consuelo de Carvalho

Matr. Funcional nº 7894 CEN 8 RIGIÃO N°1102

Ludiane Carneiro Costa Suelha

CEN 8 RIGIÃO N°1102

Mariana Recchini Gonçalves

Nutricionista Controlador e Fiscalizadora