

NÍVEL DE ALUMÍNIO ELEVADO

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA NUTR
						KCAL	Kcal	KCAL
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite + pão integral + queijo + margarina	Café com leite + pão integral + queijo + margarina	Leite com morango + bolo de laranja	Suco de abacaxi natural + pão com ovo + maçã	Iogurte morango+ biscoito doce integral + banana	KCAL	885,62	Kcal
						CHO	123,36	g
						PTN	32,21	g
						LIP	24,31	g
Almoco 10:30H/11:00H	Suco integral de uva + pipoca + maçã	Arroz + feijão carioca + carne moída ao molho + pure de batatas + salada de brócolis	Arroz + feijão preto + frango assado (sobrecoxa) + creme de milho + ponkan	Arroz + feijão carioca + carne bovina ao molho de mandioca + salada de alicae + mamão	Arroz + feijão preto + ovos mexidos + abóbora refogada + maçã	KCAL	263,35	Mg
						CHO	263,35	Mg
						PTN	32,21	g
						LIP	24,31	g
Lanche 14:00H/14:30H	Suco integral de uva + pipoca + maçã	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + laranja	Polenta + carne moída ao molho + abobrinha refogada + banana	Vitamina de banana e abacate + biscoito doce integral	Café com leite + pão integral + queijo + margarina	KCAL	3,61	Mg
						CHO	3,61	Mg
						PTN	32,21	g
						LIP	24,31	g
Jantar 16:00H/16:30H	Suco de abacaxi natural + pão com ovo + maçã	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + laranja	Polenta + carne moída ao molho + abobrinha refogada + banana	Vitamina de banana e abacate + biscoito doce integral	Café com leite + pão integral + queijo + margarina	KCAL	3,61	Mg
						CHO	3,61	Mg
						PTN	32,21	g
						LIP	24,31	g
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural + pão com ovo + laranja	Suco de abacaxi natural + pão com ovo + laranja	Salada de frutas (mamão, banana, kiwi) com aveia	Chá com leite + pão integral com manteiga	Leite com banana + biscoito de polvilho salgado	KCAL	826,35	Kcal
						CHO	123,36	g
						PTN	32,21	g
						LIP	20,31	g
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana	Arroz + feijão carioca + frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alicae + maçã	Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana	Arroz + feijão carioca + frango sassami ao molho + salada de alicae + ponkan	Arroz + feijão preto + quibe assado + salada de repolho + mamão	KCAL	263,35	Mg
						CHO	263,35	Mg
						PTN	32,21	g
						LIP	20,31	g
Lanche 14:00H/14:30H	Suco integral de uva + pão integral com requêijo	Vitamina de mamão + maçã + biscoito doce integral	Suco integral de maçã + bolo de tubá + mamão	Iogurte morango+ biscoito doce integral + banana	Café com leite + pão frito + queijo + margarina	KCAL	4,58	Mg
						CHO	4,58	Mg
						PTN	32,21	g
						LIP	20,31	g
Jantar 16:00H/16:30H	Polenta + frango ao molho + salada de alicae + maçã	Macarrão com carne moída + brócolis refogado	Rizoto de frango (frango, cenoura, batata, milho, ervilha) + ponkan	Pure de batatas + carne moída ao molho + salada de tomate com pepino + mamão	Sopa de frango + mandioca + baterraba + abobrinha + laranja	KCAL	426,35	Mg
						CHO	426,35	Mg
						PTN	32,21	g
						LIP	20,31	g
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite + pão frito + queijo + margarina	Suco de uva + biscoito salgado integral + maçã	Iogurte morango+ biscoito doce integral + banana	Leite com banana + bolo de cenoura sem cobertura	Suco integral de uva + pão integral com requêijo	KCAL	855,95	Kcal
						CHO	125,64	g
						PTN	25,37	g
						LIP	26,35	g
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz + feijão preto + frango sassami grelhado + salada de alicae + laranja	Arroz + feijão carioca + carne ao molho + pure de batatas + salada de beterraba	Arroz + feijão preto + frango ao molho + jardineira de legumes (cenoura, couve flor e brócolis) + mamão	Arroz + feijão carioca, barrado + farinha de mandioca + salada de tomate e cebola + banana	Arroz + feijão preto + sobrecoca ao molho com cenoura + salada de repolho com tomate + maçã	KCAL	256,39	Mg
						CHO	256,39	Mg
						PTN	25,37	g
						LIP	26,35	g
Lanche 14:00H/14:30H	Chá com leite + biscoito salgado integral + maçã	Leite com morango + bolo de laranja	Suco de abacaxi natural + pão com ovo + maçã	Café com leite + biscoito de polvilho + laranja	Chá com leite + pão integral com manteiga	KCAL	3,61	Mg
						CHO	3,61	Mg
						PTN	32,21	g
						LIP	24,31	g
Jantar 16:00H/16:30H	Polenta com almondegas ao molho + salada de beterraba	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + maçã	Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + salada de tomate + ponkan	Pure de batatas + carne moída ao molho + salada de alicae + mamão	Macarrão com carne moída + brócolis refogado + laranja	KCAL	256,39	Mg
						CHO	256,39	Mg
						PTN	25,37	g
						LIP	26,35	g

Observações: Não consumir alimentos e líquidos que tenham contato com o alumínio. Não utilizar utensílios de alumínio.

CMEI

ALUNO

MARIO ROQUE

NICOLAS MANOEL DA SILVA FERREIRA

Parícia dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321

Camile Consistino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

NÍVEL DE ALUMÍNIO ELEVADO

	SEGUNDA 21/8/2023	TERÇA 22/8/2023	QUARTA 23/8/2023	QUINTA 24/8/2023	SEXTA 25/8/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
						CHO	9	CHO	11:
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite + pão frito com manteiga	Vitamina de mamão e maçã + biscoito doce integral	Suco integral de maçã + bolo de fubá + ponkan	Café com leite + biscoito salgado integral + banana	Suco integral de uva + pão com ovo mexido + alface + cenoura + bolo de laranja	PTN	9	PTN	22
Almoco 10:30H/1:00H	Arroz integral + feijão preto + carne moída ao molho com legumes (cenoura e batata salada) + salada de repolho + maçã	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + laranja	Arroz + feijão preto + omelete assado + cenoura e ervilha refogadas + mamão	Arroz + feijão carioca + peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alface	Macarrão com carne moída + salada de tomate + ponkan	LIP	9	LIP	16
Lanche 14:00H/14:30H	Suco integral de Uva + Sanduiche de pão frito + queijo + alface + tomate	Chá com leite + pão frito com manteiga	Yogurte morango+ biscoito doce integral + banana	Salada de frutas (mamão, banana, kiwi) com aveia	Suco integral de uva + pão com ovo mexido + alface + cenoura + bolo de laranja	CALCIO	Mg	CALCIO	15
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + laranja	Potencia + carne moída ao molho + abobrinha refogada + maçã	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, ervilha) + ponkan	Sopa de feijão com batata + carne + cenoura + mamão	Potencia + frango ao molho + salada de acelga	FERRO	Mg	FERRO	2
	SEGUNDA 28/8/2023	TERÇA 29/8/2023	QUARTA 30/8/2023	QUINTA 31/8/2023	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite + Biscoito de polvilho + maçã	Suco de abacaxi natural + pão com ovo + laranja	Suco integral de Uva + Sanduiche de pão frito + queijo + alface + tomate	Vitamina de abacate+banana+ biscoito doce integral		KCAL	Kcal	KCAL	69
Almoco 10:30H/1:00H	Risoto de frango (frango,cenoura, batata,milho) + salada de pepino c/ tomate + laranja	Arroz integral + feijão carioca + carne ao molho + pure de batatas + salada de beterraba	Macarrão parafuso + frango ao molho desfiado + salada de couve flor + maçã	Arroz + feijão preto + bolinho de carne ao molho + salada de acelga + ponkan		CHO	9	CHO	15
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de abacaxi natural + pão com ovo + maçã	Leite com morango + biscoito de polvilho salgado	Canjica + banana	Leite com banana + bolo de cenoura sem cobertura		PTN	9	PTN	22
Jantar 16:00H/16:30H	Potencia com almondegas ao molho + salada de beterraba	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + ponkan	Arroz carreteiro com cenoura e batata + salada de tomate + laranja	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + mamão		LIP	9	LIP	11:
						CALCIO	Mg	CALCIO	26
						FERRO	Mg	FERRO	2
						VITAMINA A	Mcg	VITAMINA A	48
						VITAMINA C	Mg	VITAMINA C	32
Observações: Não consumir alimentos e líquidos que tenham contato com o alumínio. Não utilizar utensílios de alumínio.									
CMEI					ALUNO				
MARIO ROQUE					NYCOLAS MANOEL DA SILVA FERREIRA				
Patricia dos Santos Alves Garcia Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781		Ligia Marcia Toledo Faria Vicente Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321		Camile Consantino de Carvalho Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102		Eliane Costa Sousa CRN 8º REGIÃO nº 0201 Coordenadora Operacional		Mariana Rueden Gonçalves CRN 8º REGIÃO nº 1490 Nutricionista (Coordenadora Operacional)	