

**DIABETES**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
				6/3/2025	7/3/2025			
DESEJUM 7:30H/8:00H				logure de morango desnatado diet + salada de frutas (kiwi, maçã e mamão) com aveia	Leite desnatado com adoçante com banana + bolo diet	KCAL 789 Kcal 59 CHO 9 PTN 47 g LP 19 g	KCAL 453 Kcal 67 CHO 9 PTN 28 g LP 6 g	
MERENDA MANHÃ 10h				Arroz integral, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (abóbora e vagem) + salada de beterraba + mamão	Arroz integral, Feijão preto + Bolinho de carne ao molho + salada acelga + melancia	PTN 47 g LP 19 g	PTN 28 g LP 6 g	
MERENDA TARDE 15h								
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	10/3/2025	11/3/2025	12/3/2025	13/3/2025	14/3/2025			
DESEJUM 7:30H/8:00H	Chá com Leite desnatado com adoçante + biscoito salgado integral + laranja	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão integral com ovo + maçã	Café com Leite desnatado com adoçante + pão de queijo vegano	Suco de maracujá com adoçante + pão fatiado integral com requieijo light + mamão	PLANEJAMENTO	KCAL 720 Kcal 116 CHO 9 PTN 38 g LP 10 g	KCAL 395 Kcal 66 CHO 9 PTN 25 g LP 4 g	
MERENDA MANHÃ 10h	Macarrão integral parafuso + Frango ao molho desfiado + salada de tomate + maçã	Arroz integral, Feijão carioca, Carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + laranja	Arroz integral, Feijão preto, Omelete assado + legumes refogados (abóbora e chuchu) + melancia	Arroz integral, Feijão carioca, Quibe assado + espinafre + salada repolho + péra				
MERENDA TARDE 15h								
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA		SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	17/3/2025	18/3/2025	19/3/2025	20/3/2025		21/3/2025		
DESEJUM 7:30H/8:00H	Vitamina de abacate e banana com leite desnatado com adoçante + biscoito doce integral diet	Suco integral de maçã + bolo diet + maçã	Suco integral de uva, sanduíche de pão integral + queijo light + tomate + alicae	logure morango desnatado diet + biscoito doce integral diet + banana	Leite desnatado com adoçante e cacau 70% + pão integral com requieijo light	KCAL 671 Kcal 97 CHO 9 PTN 37 g LP 11 g	KCAL 369 Kcal 67 CHO 9 PTN 23 g LP 5 g	
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral, Feijão preto, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba + maçã	Arroz integral, Feijão carioca, Frango (sassam) ao molho + salada de alicae + melão	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batata + salada de brócolis + goiaba	Arroz integral, Feijão carioca, Peixe ao molho + pitão do molho de peixe + salada de alicae	Arroz integral, Feijão preto, Ovos mexidos + abóbora refogada + melancia			
MERENDA TARDE 15h						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA			
	24/3/2024	25/3/2024	26/3/2024	27/3/2024	28/3/2024	KCAL 771 Kcal 113 CHO 9 PTN 39 g LP 15 g	KCAL 475 Kcal 74 CHO 9 PTN 25 g LP 9 g	
DESEJUM 7:30H/8:00H	Café com Leite desnatado com adoçante + biscoito de polvilho + laranja	Suco de morango com adoçante + lorta de frango com legumes + maçã	Chá com Leite desnatado com adoçante + pão integral fatiado + margarina light	Café com Leite desnatado com adoçante + biscoito salgado integral + banana	Leite desnatado com polpa de morango com adoçante + biscoito de polvilho			
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado + salada de acelga + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura) + salada alicae + maçã	Arroz integral, Feijão carioca, Frango ao molho + jardineira de legumes ( brócolis + couve-flor+cenoura ) + manga	Arroz integral, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alicae + laranja	Suco de maracujá + pão integral com frango desfiado ao molho, alicae, cenoura ralada + bolo diet			
MERENDA TARDE 15h								
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	31/3/2025					KCAL 760 Kcal 132 CHO 9 PTN 38 g LP 10 g	KCAL 499 Kcal 70 CHO 9 PTN 25 g LP 5 g	
DESEJUM 7:30H/8:00H	Suco integral de uva, sanduíche de pão integral + queijo light + tomate + alicae							
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja							
MERENDA TARDE 15h								


GME

Observação: Adoçante Sucralose ou Stevia

ALUNO

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

  
**Ligia Márcia Toledo Faria Vicente**  
 Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO  
 Nº9321

  
**Camille Consentinio de Carvalho**  
 Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO  
 Nº1102

  
**Lidiane Garcia Costa Sistiola**  
 CRN 8 6303  
 Coordenadora Operacional

  
**Laís de Aguiar**  
 CRN 15644