

ESCOLA ENSINO ESPECIAL - EVA CAVANI – CARDÁPIO NOVEMBRO/2024

Risotolandia

SEM LACTOSE

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL									
DESJEJUM 7:30H/8:00H					10/11/2024											
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h																
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL									
	4/11/2024	5/11/2024	6/11/2024	7/11/2024	8/11/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL									
DESJEJUM 7:30H/8:00H																
Leite sem lactose com cacau (100%) + pão fatiado sem lactose com requeijão sem lactose	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose com ovo + banana	Café com leite sem lactose + bolo de iogurte de morango sem lactose + salada de frutas (morango, banana e uva) com aveia sem lactose	Iogurte de morango sem lactose + salada de frutas (morango, banana e uva) com aveia sem lactose	Leite sem lactose com banana + biscoito de polvilho sem lactose	KCAL	143	Kcal	KCAL	108	Kcal						
PTN	7	9	PTN	23	PTN	7	9	CHO	22	9	CHO	17	9			
LIP	3	9	LIP	9	LIP	3	9	LIP	2	9	LIP	2	9			
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h																
AroZ, Feijão carioeca, Frango ao molho, jardim de legumes (batata salsinha, cenoura e vagens) + melão	AroZ colorido, Feijão preto, Quibe assado, Arroz, Feijão carioeca, Frango (sassami) ao molho, salada de repolho + maçã	AroZ, Feijão preto, Barreudo, prato de carne + salada de cebola + manga	AroZ integral, Feijão carioeca, Subcoxas ao molho com cenoura, salada de brocolis + pêssegos	AroZ integral, Feijão preto, Barreudo, prato de carne + salada de brócolis + manga	KCAL	396	Kcal	KCAL	396	Kcal						
PTN	23	9	PTN	23	PTN	23	9	PTN	23	9	CHO	55	9			
LIP	9	0	LIP	9	LIP	9	0	LIP	9	0	LIP	9	0			
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL									
	11/11/2024	12/11/2024	13/11/2024	14/11/2024	15/11/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL									
DESJEJUM 7:30H/8:00H																
Vitamina de frutas com leite sem lactose (banana e morango) + biscoito doce integral sem lactose	Suco de morango + torrada frango com legumes sem lactose + melão	(igufute de morango sem lactose + biscoito doce integral sem lactose + banana)	Suco integral de uva, sanduíche de pão fatiado sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alface	FERIADO	KCAL	692	Kcal	KCAL	602	Kcal						
PTN	36	9	PTN	31	PTN	36	9	PTN	31	9	CHO	89	9	CHO	103	9
LIP	17	9	LIP	13	LIP	17	9	LIP	13	9	LIP	13	9	LIP	13	9
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h																
AroZ, Feijão com cubos de carne bovina, prato de feijão + laranja	AroZ, Feijão carioeca, Frango (sassami) ao molho, salada de couve-flor + melancia	AroZ, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batata sem cenoura, brócolis + manga	AroZ colorido, Feijão carioeca, Peixe ao molho, Pirão do marão de peixe, salada de alface													
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL									
	16/11/2024	17/11/2024	18/11/2024	19/11/2024	20/11/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL									
DESJEJUM 7:30H/8:00H																
Suco integral uva, sanduíche de pão fatiado sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alface	Leite sem lactose com mamão + bolo de cenoura sem cobertura sem lactose	Suco maracujá + pão fatiado integral sem lactose com requeijão sem lactose	Café com leite sem lactose + pão de milho sem açúcar + queijo sem lactose/mangimaria sem lactose	FERIADO	KCAL	692	Kcal	KCAL	602	Kcal						
PTN	36	9	PTN	31	PTN	36	9	PTN	31	9	CHO	89	9	CHO	103	9
LIP	17	9	LIP	13	LIP	17	9	LIP	13	9	LIP	13	9	LIP	13	9
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h																
AroZ integral, Feijão carioeca, Frango assado (soprecoxa) + cenoura e milho refogados + manga	AroZ, Feijão preto, Carne ao molho, quinoa, salada de beterraba	AroZ, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho, salada acelga + manga	AroZ, Feijão carioeca, Omellete assado, legumes refogados (abobrinha e cenoura) legumes refogados + manga													
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL									
	21/11/2024	22/11/2024	23/11/2024	24/11/2024	25/11/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL									
DESJEJUM 7:30H/8:00H																
Vitamina de frutas com leite sem lactose (banana e abacate) + biscoito doce integral sem lactose	Suco integral de maçã + bolo de fuba sem lactose + mamão	Café com leite sem lactose + pão de queijo	Leite sem lactose com maçã + biscoito de ovomil sem lactose													
PTN	24	9	PTN	21	PTN	24	9	PTN	21	9	CHO	77	9	CHO	67	9
LIP	11	9	LIP	9	LIP	11	9	LIP	9	9	LIP	9	9	LIP	9	9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL									
	26/11/2024	27/11/2024	28/11/2024	29/11/2024	30/11/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL									
DESJEJUM 7:30H/8:00H																
AroZ, Feijão preto, Carne bovina ao molho com manjericão, salada de cenoura + manga	AroZ, Feijão carioeca, Frango ao molho com legumes (cebola e cítricos), salada de cenoura + manga	AroZ, Feijão preto, Peixe ao molho, Prato do marão de peixe, salada de gergelim, salada de acelga + laranja	Suco natural de abacaxi + Pão sem lactose com frango desidratado ao molho, laranja, cenoura ralada + bolo de laranja sem lactose													
PTN	32	9	PTN	29	PTN	32	9	PTN	29	9	CHO	95	9	CHO	92	9
LIP	14	9	LIP	12	LIP	14	9	LIP	12	9	LIP	14	9	LIP	12	9
	ESCOLA															
	Observações:															
	ALUNO															

ESCOLA ENSINO ESPECIAL - EVA CAVANI – CARDÁPIO NOVEMBRO/2024

DIABETES

ESCOLA ENSINO ESPECIAL - EVA CAVANI – CARDÁPIO NOVEMBRO/2024

DIABETES

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÂNHA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÂNHA
DESJEUM 7:30H/8:00H						11/11/2024	
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h						Café com leite desnatado com açucarante + biscoito integral + banana	KCAL 143 Kcal KCAL 108 Kcal
DESJEUM 7:30H/8:00H	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÂNHA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	4/11/2024	5/11/2024	6/11/2024	7/11/2024	8/11/2024		
Leite desnatado com creme com açucarante (70%) + pão integral com queijo light	Suco de abacaxi natural com açucarante + pão integral com ovo + banana	Café com leite desnatado com açucarante + bolo diet	(jogurte de morango desnatado diet + salada de frutas (morango, banana e uva) com aveia)	Leite desnatado com banana com açucarante + biscoito de polvilho	KCAL 386 Kcal KCAL 396 Kcal		
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	Arroz integral, Feijão carioca, Frango ao molho, jardimaria de legumes (batata salsicha, cenoura e vagens) + melão	Arroz colorido, Feijão preto, Quibe assado, salada de repolho + maçã	Arroz integral, Feijão carioca, Frango (salsão) ao molho, salada de galinha + manga	Arroz integral, Feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + pão integral	PTN 7 9 PTN 55 9	PTN 23 9 PTN 23 9	
DESJEUM 7:30H/8:00H	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÂNHA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	11/11/2024	12/11/2024	13/11/2024	14/11/2024	15/11/2024		
Vitamina de frutas com leite desnatado com açucarante (banana e morango) + biscoito doce integral diet	Suco de morango com açucarante + torta frango com legumes + melão	Legurte de morango desnatado diet + biscoito doce integral diet + banana	Suco integral de uva sanduíche de pão frito integral + queijo light + tomate + alface	FERIADO	KCAL 682 Kcal KCAL 602 Kcal		
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	Arroz integral, Feijão carioca com cubos de carne bovina, purê de feijão + laranja	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída (salsão) ao molho sabor de couve-flor + milho	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Purê do molho de peixe, salada de brócolis + maçã	PTN 36 9 PTN 31 9	PTN 36 9 PTN 31 9	LIP 17 9 LIP 13 9	
DESJEUM 7:30H/8:00H	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÂNHA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	18/11/2024	19/11/2024	20/11/2024	21/11/2024	22/11/2024		
Suco integral uva, sanduíche de pão fatiado integral + queijo light + tomate + alface	Leite desnatado com mambô com açucarante + bolo diet	Suco maracujá com açucarante + pão fatiado integral com queijo light	Café com leite desnatado com açucarante + pão integral + queijo light/margarina light	FERIADO	KCAL 496 Kcal KCAL 426 Kcal		
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	Arroz integral, Feijão carioca, Frango assado (salsão) + creme de milho + maçã	Arroz integral, Feijão preto, Carne ao molho, Quineria, salada de beterraba	Arroz integral, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho, salada acelga + manga	PTN 24 9 PTN 21 9	PTN 24 9 PTN 21 9	LIP 11 9 LIP 9 9	
DESJEUM 7:30H/8:00H	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÂNHA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	26/11/2024	27/11/2024	28/11/2024	29/11/2024			
Vitamina de frutas com leite desnatado com açucarante (banana e abacate) + biscoito doce integral diet	Suco integral de maçã + bolo diet + mambô	Chá com leite desnatado com açucarante + pão integral + manteiga light	Café com leite desnatado com açucarante + bolo diet	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÂNHA	KCAL 643 Kcal KCAL 579 Kcal		
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	Arroz integral, Feijão preto, Carne bovina ao molho com manjericão + salada de alface + melancia	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Purê do molho de peixe, salada de alface + melancia	Arroz integral, Feijão carioca, Frango (salsão) grelhado, salada de acelga + iarmaria	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	PTN 32 9 PTN 29 9	PTN 32 9 PTN 29 9	
Observação: Açucarante Sucratose ou Stevia							

Observação: Adoçante Sucralose ou Stevia

100

1

Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO
Nº1781

三

Mat Funcional nº 11146
Nº 2321

卷之三

M&O
Mat Funcional 11/2014
Nº110

In Cognitivo

卷之三

ESCOLA ENSINO ESPECIAL - EVA CAVANI – CARDÁPIO NOVEMBRO/2024

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
				11/11/2024		
DESIEJUM 7:30H/8:00H						
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h						
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
	4/11/2024	5/11/2024	6/11/2024	7/11/2024	8/11/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
DESIEJUM 7:30H/8:00H						
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h						
	Leite com cacau (70%) + pão fatiado com requeijão	Suco de abacaxi natural + pão com ovo + banana	Café com leite + bolo de laranja	Leite com banana + biscoito de pão-frolinho	KCAL	386
	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, (cenoura ou legumes (batata salteada, cenoura e vegetal) + molho)	Arroz colorido, Feijão preto, Quiabe assado, Arroz, Feijão carioca, Frango (salsassi) ao molho, Salada de alface + manga	Arroz, Feijão preto, Barreiro, pão de cama + salada de tomate e cebola + laranja	Arroz integral, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de batocóis + pêssego	KCAL	396
					CHO	55
					PTN	23
					LIP	9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
	11/11/2024	12/11/2024	13/11/2024	14/11/2024	15/11/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
DESIEJUM 7:30H/8:00H						
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h						
	Vitamina de frutas (banana e morango) + biscoito doce integral	Suco de morango + torta frango com legumes + manga	Loguete de morango + biscoito doce integral + banana	Suco integral de uva, sanduíche de pão fatiado + queijo + tomate + alface	KCAL	682
	Arroz, Feijão com cubos de carne bovina, pão de feijão + hambúrguer	Arroz, Feijão carioca, Frango (salsassi) ao molho, Salada de couve-flor + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batata, salada de brócolis + manga	Arroz, Feijão preto, Pão do molho de pexixa, salada de alface	CHO	89
					PTN	36
					LIP	17
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
	18/11/2024	19/11/2024	20/11/2024	21/11/2024	22/11/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
DESIEJUM 7:30H/8:00H						
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h						
	Suco integral, uva, sanduíche de pão fatiado + queijo + tomate + alface	Leite com manjão + bolo de cenoura sem cobertura	Leite com manjão + bolo de cenoura sem cobertura	Café com leite + pão de milho + queijo/margarina	KCAL	496
	Arroz integral, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + creme de milho + manga	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, quinoa, salada de beterraba	Arroz, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho, Salada alegra + manga	Arroz, Feijão carioca, Omellete assado, legumes refogados (abobrinha e cenoura) + manga	CHO	77
					PTN	24
					LIP	11
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
	25/11/2024	26/11/2024	27/11/2024	28/11/2024	29/11/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
DESIEJUM 7:30H/8:00H						
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h						
	Vitamina de frutas (banana e abacate) + biscoito doce integral	Suco integral de manga + bolo de fibra + manga	Chá com leite + pão de cenoura + manteiga	Café com leite + pão de queijo	KCAL	643
	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (abobrinha e chuchu), salada de cenoura + manga	Arroz, Feijão preto, Pão de leite com melão, Pão do molho de pexixa	Leite com manga + biscoito de polvilho	Arroz, Feijão carioca, Frango (salsassi) grelhado, Salada de acelga + laranja	CHO	95
					PTN	32
					LIP	14
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
	11/11/2024	12/11/2024	13/11/2024	14/11/2024	15/11/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
DESIEJUM 7:30H/8:00H						
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h						
	Vitamina de frutas (banana e abacate) + com mandioca + salada de alface + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com legumes (abobrinha e chuchu), salada de cenoura + manga	Chá com leite + pão de cenoura + manteiga	Café com leite + bolo de laranja	KCAL	579
	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (abobrinha e chuchu), salada de cenoura + manga	Arroz, Feijão preto, Pão de leite com melão, Pão do molho de pexixa	Leite com manga + biscoito de polvilho	Arroz, Feijão carioca, Frango (salsassi) grelhado, Salada de acelga + laranja	CHO	92
					PTN	29
					LIP	12

Patrícia dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional nº 7893 CIN 8º REGIÃO
NP1781.

Iriga Maria Tonello Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CIN 8º REGIÃO
NP2321

Camila Comettino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CIN 8º REGIÃO
NP1102

Adriane Ferreira Costa Bezerra
Mat Funcional nº 11146 CIN 8º REGIÃO
NP2321

André Augusto
Mat Funcional nº 11146 CIN 8º REGIÃO
NP2321