

ESCOLA ENSINO ESPECIAL - EVA CAVANI – CARDÁPIO SETEMBRO/2024

DESEJUM	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
DESEJUM 7:30H/8:00H	Suco maracujá + pão fatiado integral com requeijão	Leite com mamão + Bolo cenoura sem cobertura	Vitamina de frutas (banana e morango) + biscoito doce integral	Suco integral uva, sanduiche de pão fatiado + queijo + tomate+ alface	Café com leite + pão de queijo	485	9	485	9
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	Arroz colorido, Feijão preto, Quibe assado, salada de repolho + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (batata salsa, cenoura, brócolis) + maçã	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho com legumes (abóbora e chuchu) + salada de alface + manga	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + creme de milho + melancia	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pão de milho de peixe, salada de alface	29	9	29	9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
DESEJUM 7:30H/8:00H	Chá com leite + pão de cenoura + manteiga	Suco de morango + torta frango com legumes + mamão	Café com leite + biscoito salgado integral + laranja	lgurite de morango + salada de frutas (manga, morango, maçã) com avela	Suco de abacaxi natural + pão de milho com ovo + melão	347	9	347	9
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, Abóbora refogada + maçã	Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho, polenta + salada de cenoura + melão	Arroz integral, Feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + banana	Arroz, Feijão carioca, Carne bovina (iscas) com mandioca+salada de alface+mamão	Risoto de frango (batata, cenoura, frango) salada de couve flor + melancia	24	9	24	9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
DESEJUM 7:30H/8:00H	Leite com cacau (70%) + pão fatiado com requeijão	Leite com mamão +biscoito polvilho	Suco integral de maçã + bolo de fubá + mamão	Chá com leite + biscoito salgado integral + maçã	Suco de morango + torta frango com legumes + banana	482	9	482	9
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina, pirão de feijão + salada de cenoura + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura), salada de repolho com tomate + maçã	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis	Arroz integral, Feijão carioca, Frango (sassarri) ao molho, salada de alface+ mamão	Macarão com molho de carne moída, salada de cenoura + manga	12	9	12	9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
DESEJUM 7:30H/8:00H	Suco integral uva, sanduiche de pão fatiado + queijo + tomate+ alface	Café com leite+bolo de laranja	lgurite de morango + biscoito doce integral + banana	Suco maracujá + pão fatiado integral com requeijão	Vitamina de frutas (banana e abacate) + biscoito doce integral	418	9	418	9
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassarri) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz, Feijão preto, Barteado, pirão de carne + banana da terra assada + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho, salada de acelga + melão	Suco de abacaxi natural + Pão de leite com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura	21	9	21	9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
DESEJUM 7:30H/8:00H	Café com leite + pão fatiado integral + queijo/margarina					432	9	432	9
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados (cenoura e chuchu) + laranja					38	9	38	9
						21	9	21	9
						8	9	8	9

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

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º
REGIÃO Nº2321

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

Edilaine Cristina Costa Saldanha
CRN 8 6503
Coordenadora Operacional

Anaís Galvão
CRN 8 11101
Monitoradora Operacional

ESCOLA ENSINO ESPECIAL - EVA CAVANI - CARDÁPIO SETEMBRO/2024

SEMI LACTOSE

MERCADORIA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
DESEJLUM 7:30H/8:00H	Suco maracujá + pão frito integral sem lactose com requieijo sem lactose	Leite sem lactose com leite + Bolo cenoura sem cobertura sem lactose	Vitaminas de frutas (banana e morango) com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose	Suco integral uva, sanduíche de pão frito sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alicafe	Café com leite sem lactose + pão de queijo vegano	495	9	495	9
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão preto, Quipe assado, salada de repolho + laranja	Arroz, Feijão caraca, Frango ao molho, jardineira de legumes (batata salta, cenoura, brócolis) + maçã	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho com legumes (abóbora e chuchu) + salada de alicafe + manga	Arroz, Feijão caraca, Frango assado (solteiro) + cenoura e milho refogados + mandioca	Arroz colado, Feijão preto, Peixe ao molho, Pão de milho de peixe, salada de alicafe	29	9	29	9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
DESEJLUM 7:30H/8:00H	Chia com leite sem lactose + pão de cenoura sem lactose + manteiga sem lactose	Suco de morango + torta (frango com legumes sem lactose + manito)	Café com leite sem lactose + biscoito salgado integral sem lactose + laranja	Logure de morango sem lactose + salada de frutas (manga, morango, maçã) com aveia sem lactose	Suco de abacaxi natural + pão de milho sem lactose com ovo + melão	347	9	347	9
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, Abóbora refogada + maçã	Arroz, Feijão caraca, Carne moída ao molho, polenta + salada de cenoura + milho	Arroz integral, Feijão preto, Salsicosa ao molho com cenoura, salada de brócolis + banana	Arroz, Feijão caraca, Carne bovina (costa) sem manioc, salada de alicafe + manito	Reito de frango (batata, cenoura, frango) salada de couve fir + melancia	24	9	24	9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
DESEJLUM 7:30H/8:00H	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão frito sem lactose com requieijo sem lactose	Leite sem lactose com manito + biscoito polvilho sem lactose	Suco integral de maçã + bolo de fuba sem lactose + manito	Chia com leite sem lactose + biscoito salgado integral sem lactose + maçã	Suco de morango + torta (frango com legumes sem lactose + banana)	482	9	482	9
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão com cutos de carne bovina, pão de feijão + salada de cenoura + laranja	Arroz, Feijão caraca, Frango ao molho com legumes (abóbora e cenoura), salada de repolho com tomate + maçã	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas sem leite + salada de brócolis	Arroz integral, Feijão caraca, Frango (salsami) ao molho, salada de alicafe + manito	Macerção com molho de carne moída, salada de cenoura + manga	12	9	12	9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
DESEJLUM 7:30H/8:00H	Suco integral uva, sanduíche de pão frito sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alicafe	Café com leite sem lactose + bolo de laranja sem lactose	Logure de morango sem lactose + biscoito doce integral sem lactose + banana	Suco maracujá + pão frito integral sem lactose com requieijo sem lactose	Vitamina de frutas (banana e abacaxi) com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose	418	9	418	9
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão caraca, Frango (salsami) grelhado, salada de abóbora + maçã	Arroz, Feijão preto, Barranda, pão de carne + banana da terra assada + salada (tomate e cebola) + laranja	Arroz colado, Feijão caraca, Peixe ao molho, Pão de milho de peixe, salada de alicafe	Arroz, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho, salada de alicafa + melão	Suco de abacaxi natural + Pão sem lactose com ovo recheado, alicafe, cenoura ralada + bolo de cenoura sem lactose	21	9	21	9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
DESEJLUM 7:30H/8:00H	Café com leite sem lactose + pão frito integral sem lactose + queijo sem lactose/margarina sem lactose					432	9	432	9
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão caraca, Omelete assado, legumes refogados (cenoura e chuchu) + laranja					38	9	38	9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
DESEJLUM 7:30H/8:00H						21	9	21	9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
DESEJLUM 7:30H/8:00H						8	9	8	9

Observações:

ESCOLA

ALUNO

Patricia dos Santos Alves Garcia
 Mãe Funcional nº 7893 CRN 88
 REGIÃO Nº 1781

Lígia Marcia Toledo-Farias Vicente
 Mãe Funcional nº 11146 CRN 88
 REGIÃO Nº 2321

Camille Consolino de Carvalho
 Mãe Funcional nº 7894 CRN 88
 REGIÃO Nº 1102

Lidiane Cristina Costa Saldade
 CEN 8 4303
 Coordenadora Operacional

Amanda Galvão
 CEN 8 11501
 Nutricionista Especialista Operacional

ESCOLA ENSINO ESPECIAL - EVA CAVANI – CARDÁPIO SETEMBRO/2024

DIABETES

MERCADORIA	DATA	RECEITA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	21/9/2024	SEGUNDA Suco maracujá com adoçante + pão frito integral com requeijão light	KCAL	483	KCAL	483
			CHO	57	CHO	57
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	31/9/2024	TERÇA Lente desnatada com manjão com adoçante + Bolo diet	KCAL	493	KCAL	493
			CHO	57	CHO	57
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	09/9/2024	SEGUNDA Chá com leite desnatado com adoçante + pão de cenoura + margarina light	KCAL	347	KCAL	347
			CHO	55	CHO	55
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	10/9/2024	TERÇA Suco de morango com adoçante + torta frango com legumes + manjão	KCAL	347	KCAL	347
			CHO	55	CHO	55
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	11/9/2024	QUARTA Café com leite desnatado com adoçante + biscoito salegado integral + laranja	KCAL	482	KCAL	482
			CHO	71	CHO	71
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	17/9/2024	TERÇA Leite desnatado com mamão com adoçante + biscoito polvilho	KCAL	482	KCAL	482
			CHO	71	CHO	71
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	18/9/2024	QUARTA Suco integral de maçã + bolo diet + mamão	KCAL	482	KCAL	482
			CHO	71	CHO	71
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	19/9/2024	QUINTA Chá com leite desnatado com adoçante + biscoito salegado integral + maçã	KCAL	482	KCAL	482
			CHO	71	CHO	71
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	20/9/2024	SEXTA Suco de morango com adoçante + torta frango com legumes + banana	KCAL	482	KCAL	482
			CHO	71	CHO	71
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	23/9/2024	SEGUNDA Suco integral uva, sanduiche de pão frito integral + queijo light + tomate + alface	KCAL	418	KCAL	418
			CHO	45	CHO	45
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	24/9/2024	TERÇA Café com leite desnatado com adoçante + bolo diet	KCAL	418	KCAL	418
			CHO	45	CHO	45
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	25/9/2024	QUARTA Iogurte de morango desnatado diet + biscoito doce integral diet + banana	KCAL	418	KCAL	418
			CHO	45	CHO	45
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	26/9/2024	QUINTA Suco maracujá com adoçante + pão frito integral com requeijão light	KCAL	418	KCAL	418
			CHO	45	CHO	45
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	27/9/2024	SEXTA Vitamina de frutas (banana e abacaxi) com leite desnatado com adoçante + biscoito doce integral diet	KCAL	418	KCAL	418
			CHO	45	CHO	45
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	30/9/2024	SEGUNDA Café com leite desnatado com adoçante + pão frito integral + queijo light/margarina light	KCAL	422	KCAL	422
			CHO	38	CHO	38
MERENDA MANHÃ 10h MERENDA TARDE 15h	01/10/2024	TERÇA Arroz integral, Feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados (cenoura e chuchu) + laranja	KCAL	422	KCAL	422
			CHO	38	CHO	38

Observação: Adoçante Sucralose ou Stevia

Participação dos Serviços Auxiliares
 UGA Matéria: Nutrição Básica, Vereador
 Carnê: Compromisso de Serviço

Elaboração: Cassia Costa Ribeiro
 Supervisora: Sueli Aparecida
 Assessoria Técnica: Sueli Aparecida

Assessoria Técnica: Sueli Aparecida
 Supervisora: Sueli Aparecida