



ESCOLA PARCIAL – CARDÁPIO DEZEMBRO/2023



DIABETES

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
MERENDA MANHÃ 10h					Aroz integral, Feijão carioca, Carne bovina ao molho com mandioca, salada de alface + maçã	KCAL 377 KCal 493 CHO 55 9 KCal 489 KCal 489 PTN 19 9 KCal 48 9	KCAL 304 KCal 483 CHO 48 9 KCal 489 KCal 489 PTN 10 9 KCal 48 9
MERENDA TARDE 15h					Aroz integral, Feijão carioca, Carne bovina ao molho com mandioca, salada de alface + maçã	LP 9 9 9 LP 8 8 9	
SEGUNDA	4/12/2023	5/12/2023	6/12/2023	7/12/2023	8/12/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
MERENDA MANHÃ 10h	Aroz integral, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa), creme de milho + maçã	Aroz integral, Feijoada com cubos de carne bovina, farofa cenoura + laranja	Vitaminha de frutas banana e morango com leite desnatado e adoçante + biscoito doce integral diet	Aroz colado, Feijão preto, Peixe ao molho, Pão do molho de peixe, salada de alface	Suco de maracujá com adoçante + Pão integral com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate diet	KCAL 493 KCal 483 CHO 61 9 KCal 481 KCal 481 PTN 22 9 KCal 48 9	KCAL 493 KCal 483 CHO 61 9 KCal 481 KCal 481 PTN 22 9 KCal 48 9
MERENDA TARDE 15h	Aroz integral, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa), creme de milho + maçã	Aroz integral, Feijoada com cubos de carne bovina, farofa cenoura + laranja	Vitaminha de frutas banana e morango com leite desnatado e adoçante + biscoito doce integral diet	Aroz colado, Feijão preto, Peixe ao molho, Pão do molho de peixe, salada de alface	Suco de maracujá com adoçante + Pão integral com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate diet	LP 9 9 9 LP 9 9 9	LP 9 9 9 LP 9 9 9
TERÇA	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
MERENDA MANHÃ 10h	Aroz integral, Feijão carioca, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Aroz integral, Feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + melancia	Suco de morango com adoçante + tortia de legumes com azeite + mamão	Aroz integral, Feijão preto, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, couve flor e cenoura) + maçã	Aroz integral, Feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada acelga + manga	KCAL 625 KCal 625 CHO 55 9 KCal 625 KCal 625 PTN 23 9 KCal 625 KCal 625	KCAL 625 KCal 625 CHO 55 9 KCal 625 KCal 625 PTN 23 9 KCal 625 KCal 625
MERENDA TARDE 15h	Aroz integral, Feijão carioca, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Aroz integral, Feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + melancia	Suco de morango com adoçante + tortia de legumes com azeite + mamão	Aroz integral, Feijão preto, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, couve flor e cenoura) + maçã	Aroz integral, Feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada acelga + manga	LP 17 9 9 LP 17 17 9	LP 17 9 9 LP 17 17 9
QUARTA	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
MERENDA MANHÃ 10h	Aroz integral, Feijão preto, Frango (salsam) grelhado, salada de acelga + maçã	Aroz integral, Feijão carioca, Carne moída ao molho, polenta, salada de pepino c/ tomate + melão	Café com leite desnatado com adoçante + pão integral + queijo light/margarina light			KCAL 469 KCal 469 CHO 80 9 KCal 469 KCal 469 PTN 20 9 KCal 469 KCal 469	KCAL 469 KCal 469 CHO 80 9 KCal 469 KCal 469 PTN 20 9 KCal 469 KCal 469
MERENDA TARDE 15h	Aroz integral, Feijão preto, Frango (salsam) grelhado, salada de acelga + maçã	Aroz integral, Feijão preto, Frango (salsam) grelhado, salada de acelga + maçã	Café com leite desnatado com adoçante + pão integral + queijo light/margarina light			LP 11 9 9 LP 11 11 9	LP 11 9 9 LP 11 11 9
QUINTA	25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
MERENDA MANHÃ 10h						KCAL 469 KCal 469 CHO 80 9 KCal 469 KCal 469 PTN 20 9 KCal 469 KCal 469	KCAL 469 KCal 469 CHO 80 9 KCal 469 KCal 469 PTN 20 9 KCal 469 KCal 469
MERENDA TARDE 15h						LP 11 9 9 LP 11 11 9	LP 11 9 9 LP 11 11 9

Observação: Adopção Sucrose ou Stevia

ESCOLA

ALUNO

Patricia dos Santos Alves Garcia  
Matr. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO  
Nº 1781

Ligia Marcin Tadeu Forti Vicente  
Matr. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO  
Nº 2321

Carmel Conceição de Carvalho  
Matr. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO  
Nº 1012

Edilene Correa Costa Sáfada  
CRN 8 6103  
Coordenação Operacional

Armando Galvão  
CRN 8 11501  
Monitoramento Gerenciamento Operacional