

DIABETES + ALERGIA AO OVO

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA				
			11/11/2023	21/11/2023	31/11/2023				
MERENDA MANHÃ 10h			lougure de morango desnatado diet + salada de frutas (maçã manga e mamão) com aveia						
MERENDA TARDE 15h			lougure de morango desnatado diet + salada de frutas (maçã manga e mamão) com aveia						
	SEGUNDA 8/11/2023	TERÇA 7/11/2023	QUARTA 8/11/2023	QUINTA 9/11/2023	SEXTA 10/11/2023				
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e abobrinha), salada de repolho + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Barrado, farofa de banana da terra + salada limate e cebola + laranja	Café com leite desnatado com adoçante + bolo de laranja diet s/ ovo	Arroz integral, Feijão preto, Carne ao molho + quireira + salada de beleiraba + manga	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pão de milho de leite, salada alface				
MERENDA TARDE 15h	Arroz integral, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e abobrinha), salada de repolho + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Barrado, farofa de banana da terra + salada limate e cebola + laranja	Café com leite desnatado com adoçante + bolo de laranja diet s/ ovo	Arroz integral, Feijão preto, Carne ao molho + quireira + salada de beleiraba + manga	Chá com leite desnatado com adoçante + pão integral s/ ovo com margarina light + manga				
	SEGUNDA 13/11/2023	TERÇA 14/11/2023	QUARTA 14/11/2023	QUINTA 16/11/2023	SEXTA 17/11/2023				
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + maçã	Arroz integral, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + melão	FERIADO	Arroz integral, Feijão preto, carne ao molho, legumes refogados (cenoura e vagem) + laranja	Arroz integral, Feijão carioca, Frango (salsami) ao molho, salada de alface + melancia				
MERENDA TARDE 15h	Arroz integral, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + maçã	Arroz integral, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + melão		Arroz integral, Feijão preto, carne ao molho, legumes refogados (cenoura e vagem) + laranja	Café com leite desnatado com adoçante + pão integral s/ ovo com queijo light/margarina light + maçã				
	SEGUNDA 20/11/2023	TERÇA 21/11/2023	QUARTA 22/11/2023	QUINTA 23/11/2023	SEXTA 24/11/2023				
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (couve flor, brócolis e cenoura) + maçã	Arroz integral, Feijoad com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Café com leite desnatado com adoçante + pão de queijo light sem ovo + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (cenoura e batata salsa), salada alface + peixe	Suco de maracujá + Pão integral s/ ovo c/ frango desfiado, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura diet s/ ovo + melancia				
MERENDA TARDE 15h	Arroz integral, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (couve flor, brócolis e cenoura) + maçã	Arroz integral, Feijoad com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Café com leite desnatado com adoçante + pão de queijo light sem ovo + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (cenoura e batata salsa), salada alface + peixe	Suco de maracujá + Pão integral s/ ovo c/ frango desfiado, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura diet s/ ovo + melancia				
	SEGUNDA 27/11/2023	TERÇA 28/11/2023	QUARTA 29/11/2023	QUINTA 30/11/2023	SEXTA				
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral, Feijão carioca, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis	Arroz integral, Feijão preto, Frango assado(sobrecoxa) + creme de milho + melão	Suco maracujá com adoçante + pão fatiado integral s/ ovo com requieijo light + laranja	Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho, Abóbora refogada + manga					
MERENDA TARDE 15h	Arroz integral, Feijão carioca, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis	Arroz integral, Feijão preto, Frango assado(sobrecoxa) + creme de milho + melão	Suco maracujá com adoçante + pão fatiado integral s/ ovo com requieijo light + laranja	Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho, Abóbora refogada + manga					

Observações: Adoçante Sucralose ou Stevia

ESCOLA	ALUNO
ALUMINANTE	ELIAN VALENTINA CORDEIRO

PA

Patrícia dos Santos Alves Garcia

Ligia Marcia Tolbador Faria Vicente

EE

Camille Consentino de Carvalho

dois

Lidiane Garcia Costa Jofele
CRN 8.603
Coordenadora Operacional

AP

Anaiza Garib
CRN 8.11.301
Nutricionista Coordenadora Operacional