

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
MERENDA MANHÃ 10h			logure de morango + salada de frutas (maçã manga e mamão) com aveia	FERIADO	RECESSO	KCAL 307 CHO 52 PTN 9 LIP 7	KCAL 307 CHO 52 PTN 9 LIP 7	KCAL 307 CHO 52 PTN 9 LIP 7
MERENDA TARDE 15h			logure de morango + salada de frutas (maçã manga e mamão) com aveia					
	SEGUNDA 6/11/2023	TERÇA 7/11/2023	QUARTA 8/11/2023	QUINTA 9/11/2023	SEXTA 10/11/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e abobrinha), salada de repolho + melancia	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Café com leite + bolo de laranja	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho + quireira + salada de beterraba + manga	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada alface	KCAL 573 CHO 89 PTN 25 LIP 13	KCAL 565 CHO 92,00 PTN 23,00 LIP 15,00	KCAL 565 CHO 92,00 PTN 23,00 LIP 15,00
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e abobrinha), salada de repolho + melancia	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Café com leite + bolo de laranja	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho + quireira + salada de beterraba + manga	Chá com leite + pão com manteiga + manga			
	SEGUNDA 13/11/2023	TERÇA 14/11/2023	QUARTA 16/11/2023	QUINTA 16/11/2023	SEXTA 17/11/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + <u>maçã</u>	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + melão	FERIADO	Arroz integral, Feijão preto, Omelete assado, legumes refogados (cenoura e vagem) + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango (salsami) ao molho, salada de alface + melancia	KCAL 659 CHO 102 PTN 22 LIP 18	KCAL 571 CHO 88,00 PTN 21,00 LIP 13,50	KCAL 571 CHO 88,00 PTN 21,00 LIP 13,50
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + <u>maçã</u>	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + melão		Arroz integral, Feijão preto, Omelete assado, legumes refogados (cenoura e vagem) + laranja	Café com leite + pão com queijo/margarina + maçã			
	SEGUNDA 20/11/2023	TERÇA 21/11/2023	QUARTA 22/11/2023	QUINTA 23/11/2023	SEXTA 24/11/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (couve flor, brócolis e cenoura) + <u>maçã</u>	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Café com leite + pão de queijo + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (cenoura e batata salsa), salada alface + pessego	Suco de maracujá + Pão de leite c/ ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura + melancia	KCAL 637 CHO 95 PTN 20 LIP 17	KCAL 619 CHO 98 PTN 23 LIP 15	KCAL 619 CHO 98 PTN 23 LIP 15
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (couve flor, brócolis e cenoura) + <u>maçã</u>	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Café com leite + pão de queijo + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (cenoura e batata salsa), salada alface + pessego	Suco de maracujá + Pão de leite c/ ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura + melancia			
	SEGUNDA 27/11/2023	TERÇA 28/11/2023	QUARTA 29/11/2023	QUINTA 30/11/2023	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis	Arroz, Feijão integral, Feijão preto, Frango assado (sobrecoxa) + creme de milho + <u>melão</u>	Suco maracujá + pão frito integral com requeijão + laranja	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, Abóbora refogada + manga		KCAL 568 CHO 88 PTN 20 LIP 16	KCAL 517 CHO 82,00 PTN 18,00 LIP 13,00	KCAL 517 CHO 82,00 PTN 18,00 LIP 13,00
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis	Arroz, Feijão integral, Feijão preto, Frango assado (sobrecoxa) + creme de milho + <u>melão</u>	Suco maracujá + pão frito integral com requeijão + laranja	logure morango+ biscoito doce integral + banana				

*PS1*

*[Assinatura]*

*EE*

*666*

*[Assinatura]*

Patricia dos Santos Alves Garcia

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente

Camile Consentino de Carvalho

Liliane Garcia Costa Siqueira  
CRN 6.5303  
Coordenação Operacional

Ana Paula Gatti  
CRN 3.11301  
Nutricionista, Controladora Operacional

Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO  
Nº 1781

Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO  
Nº 2321

Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO  
Nº 102