

# Escola Ensino Especial APAE - EVA - APLV + S/ SOJA + S/ GLÚTEN

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		
						KCAL	771,44	Kcal
Desjejum		1/11/2022	2/11/2022	3/11/2022	4/11/2022	CHO	111,15	9
		Suco de abacaxi natural + Pão s/glúten s/leite com ovo mexido + Laranja		Vitamina de frutas c/leite vegetal (banana+abacaxi) + Biscoito s/glúten doce integral s/leite	Leite vegetal + mamão + Bolo s/glúten s/leite de tubá	PTN	25,09	9
Almoço		Arroz, feijão carioca Frango ao molho, Jardineira de legumes (chuchu, cenoura, batata) + Melão		Arroz, feijão carioca Carne moída com legumes (vagem e cenoura) + salada de alface + manga	Arroz, Feijão preto + Ovos mexidos + abóbora refogada + maçã	LIP	28,49	9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		
	7/11/2022	8/11/2022	9/11/2022	10/11/2022	11/11/2022	KCAL	817,26	Kcal
Desjejum	Chá com leite vegetal + Biscoito s/glúten salgado integral s/leite + Melão	Suco integral de maçã + Bolo s/glúten s/leite de tubá + mamão	Chá com leite vegetal + pão s/leite s/glúten integral com creme vegetal	Vitamina de frutas c/leite vegetal (banana+morango) + Biscoito s/glúten doce integral s/leite	Suco integral de uva + sanduíche de pão fatiado s/leite s/glúten + creme vegetal + tomate + alface	CHO	115,21	9
Almoço	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + Farinha de mandioca Laranja	Arroz, feijão carioca Frango assado (sobrecoca) Milho e cenoura refogados Maçã	Arroz, Feijão preto + bolinho de carne ao molho s/irigo + salada de repolho + manga	Arroz integral, Feijão carioca + Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe s/glúten Salada de alface com tomate	Arroz, Feijão preto Frango (sassam) grelhado, salada de couve-flor + Abacaxi	PTN	28,29	9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	LIP	29,70	9
	14/11/2022	16/11/2022	16/11/2022	17/11/2022	18/11/2022	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		
						KCAL	818,54	Kcal
Desjejum				Suco integral de uva + Pão s/glúten integral s/leite com creme vegetal	Leite vegetal batido com morango + Biscoito s/glúten doce integral s/leite + Banana	CHO	109,86	9
	RECESSO	FERIADO		Arroz, Feijão preto, carne ao molho, purê de batatas s/leite + salada de beterraba	Arroz integral, feijão carioca, sobrecoca ao molho com cenoura + Salada de pepino com tomate + manga	PTN	16,07	9
Almoço					Arroz, Feijão preto omelete assado, repolho c/cenoura refogados + laranja	LIP	35,04	9

PM

Patrícia dos Santos Alves

Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 1781

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente

Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321

oe

Camille Consentino de Carvalho

Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102

b.c.l.s.

Lidiane Correia Costa Stefella

CRN 8º REGIÃO 6303 Operacional Coordenadora


# Escola Ensino Especial APAE - EVA – APLV + S/ SOJA + S/ GLÚTEN


	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL			
	21/11/2022	22/11/2022	23/11/2022	24/11/2022	25/11/2022	KCAL	771,66	Kcal	
Desjejum	Chá c/ leite vegetal + Pão s/leite s/glúten c/creme vegetal	Leite vegetal + maçã + bolo de cenoura s/cobertura s/leite s/glúten	Café com Leite vegetal + Pão s/glúten s/leite integral com creme vegetal	Salada de frutas (abacaxi, maçã e mamão) com aveia	Suco integral de uva + pão s/leite s/glúten com ovo mexido + alicae e cenoura ralada + bolo s/leites/glúten de cenoura s/cobertura	CHO	113,50	g	
Almoço	Macarrão parafuso s/glúten + frango ao molho, salada de vagem c/cenoura + pêra	Arroz, Feijão preto, bolinho de carne ao molho s/irigo, salada de acelga + melão	Arroz, feijão carioca Frango (sassami) ao molho Salada de brócolis + maçã	Arroz, Feijão preto, barreado, farinha de mandioca, salada de tomate e cebola + banana	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) + Salada de beterraba + manga	PTN	24,89	g	
						LIP	26,33	g	
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL			
	28/11/2022	29/11/2022	30/11/2022			KCAL	770,79	Kcal	
Desjejum	Suco integral de uva + Pão s/glúten integral s/leite com creme vegetal	Leite vegetal batido com morango + Biscoito s/glúten doce integral s/leite + Banana	Suco de abacaxi natural + Pão s/glúten s/leite com ovo mexido + Laranja				CHO	101,59	g
							PTN	28,60	g
Almoço	Arroz, feijão preto, carne bovina c/mandioca ao molho + salada de alface + melancia	Arroz integral, feijão carioca, frango ao molho com legumes (cenoura c/chuchu) salada de brócolis c/couve flor + manga	Arroz, Feijão preto Carne moída ao molho, purê de batatas s/leite +salada de pepino c/limão				LIP	35,76	g


Aluna: Julia C. O. Rougemont – Apae


Observações: Utilizar Leite de Coco (não aceita outro leite vegetal)

Observações: Biscoito s/ glúten, pães e Bolo s/ glúten não devem conter traços de soja. Não utilizar óleo de soja.

  
Patrícia dos Santos Alves  
Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 1781

  
Ligia Marcia Toledo Faria Vicente  
Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321

  
Camile Consentino de Carvalho  
Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102

  
Lidiane Correia Costa Stefella  
CRN 8º REGIÃO 6303 Coordenadora Operacional