



Escola Ensino Especial APAE - EVA - ALERGIA PEIXE



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		
		1/11/2022	2/11/2022	3/11/2022	4/11/2022	KCAL	849,16	Kcal
Desjejum		Suco de abacaxi natural + Pão com ovo mexido + Laranja	FERIADO	Vitamina de frutas (banana+abacate) + Biscoito Doce integral	Leite + mamão + Bolo de laranja	CHO	123,28	g
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	PTN	33,36	g
					Arroz, Feijão preto + Ovos mexidos + abóbora refogada + maçã	LIP	26,63	g
	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	984,15	Kcal
Desjejum	Chá com leite + Biscoito Salgado + Melão	Suco integral de maçã + Bolo de fubá + mamão	Chá com leite + Pão integral com manteiga	Vitamina de frutas (banana+morango) + Biscoito Doce integral	Suco integral de uva + sanduíche de pão fatiado + queijo + tomate + alface	CHO	139,38	g
Almoço	Arroz, Feijoadada com cubos de carne bovina + Farinha de mandioca Laranja	Arroz, feijão carioca Frango assado (sobrecoxa) Creme de milho Maçã	Arroz, Feijão preto + quibe assado + salada de repolho + manga	Arroz integral, Feijão carioca + Ovos mexidos + Abóbora refogada + Banana	Arroz, Feijão preto Frango (sassam) grelhado, salada de couve-flor + Abacaxi	PTN	36,81	g
						LIP	32,68	g
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		
	14/11/2022	15/11/2022	16/11/2022	17/11/2022	18/11/2022	KCAL	919,24	Kcal
Desjejum			Suco integral de uva+ Pão integral com requeijão	logurte de morango + Biscoito doce integral + Banana	Café com leite + Pão com queijo e margarina	CHO	112,18	g
Almoço	RECESSO	FERIADO	Arroz, Feijão preto, carne ao molho, purê de batatas + salada de beterraba	Arroz integral, feijão carioca sobrecoxa ao molho com cenoura Salada de pepino com tomate + manga	Arroz, Feijão preto omelete assado, repolho c/cenoura refogados + laranja	PTN	21,75	g
						LIP	32,66	g

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

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

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

Lidiane Correia Costa Stofella
CRN 8º REGIÃO 6303
Coordenadora Operacional



Escola Ensino Especial APAE - EVA - ALERGIA PEIXE



	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	991,47	Kcal
Desjejum	Chá com leite + pão com manteiga	Leite + maçã + Bolo de cenoura sem cobertura	Café com leite + Pão integral com queijo e margarina	Salada de frutas (abacaxi, maçã e mamão) com aveia	Suco integral de uva + Pão com ovo mexido + alface e cenoura ralada + bolo de laranja	CHO	130,23	g
Almoço	Macarrão parafruso + frango ao molho, salada de vagem c/cenoura + pêra	Arroz, Feijão preto, bolinho de carne ao molho, salada de acelga + melão	Arroz, feijão carioca Frango (sassami) ao molho Salada de brocolis + 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	35,04	g
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	LIP	27,92	g
	28/11/2022	29/11/2022	30/11/2022			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		
						KCAL	910,26	Kcal
Desjejum	Suco integral de uva + pão com requeijão	logurte de morango + Biscoito doce integral + Banana	Suco de abacaxi natural + pão com ovo mexido + ameixa			CHO	130,59	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 +salada de pepino c/tomate			PTN	34,26	g
						LIP	27,93	g

Aluna: Geovana Maysa Gonçalves – Apae

Handwritten signature

Patricia dos Santos Alves
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º
REGIAO Nº1781

Handwritten signature

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º
REGIAO Nº2321

Handwritten signature

Camile Consentinio de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º
REGIAO Nº1102

Handwritten signature

Lidiane Correia Costa Stofella
CRN 8º REGIAO 6303
Coordenadora Operacional