

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
MERENDA MANHÃ			Suco de abacaxi natural+ pão+ c/ovo + manga	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura, chuchu) + maçã	Arroz, feijão preto, Carne moída ao molho, pure de batatas + salada de beterraba	KCAL	590,32	KCAL	590,32
MERENDA TARDE			Suco de abacaxi natural+ pão+ c/ovo + manga	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura, chuchu) + maçã	Vitamina de frutas (banana+abacaxi) + Biscoito doce integral	PTN	28,62	PTN	28,62
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	LIP	10,23	LIP	10,23
	06/mar	07/mar	08/mar	09/mar	10/mar	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
MERENDA MANHÃ	Arroz, Feijoadada com cubos de carne bovina, Farinha de mandioca + laranja	Arroz, feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de beterrada+melaancia	Leite com banana + Bolo cenoura sem cobertura	Arroz integral, feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) creme de milho + péra	Arroz, feijão preto, ovos mexidos com couve, Abóbora refogada + melão	KCAL	602,32	KCAL	602,32
MERENDA TARDE	Arroz, Feijoadada com cubos de carne bovina, Farinha de mandioca + laranja	Arroz, feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de beterrada+melaancia	Leite com banana + Bolo cenoura sem cobertura	Arroz integral, feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) creme de milho + péra	Suco integral de uva + Pipoca salgada + maçã	CHO	85,62	CHO	85,62
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	PTN	24,32	PTN	24,32
	13/mar	14/mar	15/mar	16/mar	17/mar	LIP	11,20	LIP	11,20
	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
MERENDA MANHÃ	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) salada de abobrinha + manga	Arroz, feijão carioca, Barreado, farinha mandioca + salada tomate e cebola+ banana	iogurte morango+ biscoito doce integral + banana	Arroz, feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alicace	Arroz, feijão preto, Carne ao molho, pure de batatas, salada beterraba	KCAL	596,32	KCAL	596,32
MERENDA TARDE	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) salada de abobrinha + manga	Arroz, feijão carioca, Barreado, farinha mandioca + salada tomate e cebola+ banana	iogurte morango+ biscoito doce integral + banana	Arroz, feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alicace	Chá com leite + pão + manteiga	CHO	86,32	CHO	86,32
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	PTN	23,62	PTN	23,62
	20/mar	21/mar	22/mar	23/mar	24/mar	LIP	10,25	LIP	10,25
	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
MERENDA MANHÃ	Macarrão parafuso, frango ao molho desfiado, salada de alicace + banana	Arroz, feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada de alicace com cenoura + mamão	Vitamina de frutas (banana+mamão) + biscoito doce integral	Arroz integral/ feijão carioca, Frango ao molho com legumes (batata e abobrinha), salada de pepino c/ tomate + péra	Arroz, feijão preto, Carne moída com legumes (cenoura e brócolis), salada de alicace + maçã	KCAL	603,20	KCAL	603,20
MERENDA TARDE	Macarrão parafuso, frango ao molho desfiado, salada de alicace + banana	Arroz, feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada de alicace com cenoura + mamão	Vitamina de frutas (banana+mamão) + biscoito doce integral	Arroz integral/ feijão carioca, Frango ao molho com legumes (batata e abobrinha), salada de pepino c/ tomate + péra	Café com leite + pão integral +queijo e margarina	CHO	85,36	CHO	85,36
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	PTN	21,26	PTN	21,26
	27/mar	28/mar	29/mar	30/mar	31/mar	LIP	9,62	LIP	9,62
	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
MERENDA MANHÃ	Arroz, feijão preto, frango (sassami) ao molho, salada de couve-flor+melão	Arroz integral, feijão carioca, Carne moída ao molho, Polenta, salada de cenoura + mamão	Suco integral de maçã+ bolo de tubã + abacaxi	Arroz, feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + maçã	Suco integral de uva, Pão c/ frango desfiado ao molho, alicace, cenoura ralada + bolo de laranja	KCAL	598,62	KCAL	598,62
MERENDA TARDE	Arroz, feijão preto, frango (sassami) ao molho, salada de couve-flor+melão	Arroz integral, feijão carioca, Carne moída ao molho, Polenta, salada de cenoura + mamão	Suco integral de maçã+ bolo de tubã + abacaxi	Arroz, feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + maçã	Suco integral de uva, Pão c/ frango desfiado ao molho, alicace, cenoura ralada + bolo de laranja	CHO	81,50	CHO	81,50
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	PTN	20,36	PTN	20,36
	27/mar	28/mar	29/mar	30/mar	31/mar	LIP	8,62	LIP	8,62
	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		

Patricia dos Santos Alves Garcia  
Mat. Funcional nº 7891 (CRN Nº REGIÃO) N°1781

Ligia Mariza Toledo Faria Vicente  
Mat. Funcional nº 1116 (CRN Nº REGIÃO) N°2321

Camille Consuelino de Carvalho  
Mat. Funcional nº 7891 (CRN Nº REGIÃO) N°1102

Lidiane Correa Costa Siofelin  
CRN Nº REGIÃO 6303 Comendadora  
Especialista

Associação Revolucionária Gramaticos  
Rua B. 1492/20 Pº  
Pavilhão 02  
Grupo Recreativo