

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	
			01/mar	02/mar	03/mar	KCAL	589,60	KCAL	589,60
MERENDA MANHÃ			Suco integral de maçã+ pão s/lactose+ com 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 s/leite + salada de beterraba	CHO	73,20	CHO	73,20
				Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura, chuchu) + maçã	Vitamina de frutas (banana+abacate) c/leite s/lactose+ biscoito doce integral s/lactose	PTN	14,20	PTN	14,20
MERENDA TARDE			Suco integral de maçã+ pão s/lactose+ com ovo + manga			LIP	8,60	LIP	8,60
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	KCAL	579,60	KCAL	579,60
MERENDA MANHÃ	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina, Farinha de mandioca + Mamão	Arroz, feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de beterrada+meliância	Leite s/lactose com banana + Bolo cenoura sem cobertura s/lactose	Arroz integral, feijão carioca, Frango assado(sobrecoxa) creme de milho c/ leite s/lactose + péra	Arroz, feijão preto, ovos mexidos com couve, Abóbora refogada + melão	CHO	85,20	CHO	85,20
						PTN	16,20	PTN	16,20
MERENDA TARDE	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina, Farinha de mandioca + Mamão	Arroz, feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de beterrada+meliância	Leite s/lactose com banana + Bolo cenoura sem cobertura s/lactose	Arroz integral, feijão carioca, Frango assado(sobrecoxa) creme de milho c/ leite s/lactose + péra	Suco integral de uva + Pipoca salgada + maçã	LIP	7,56	LIP	7,56
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	13/mar	14/mar	15/mar	16/mar	17/mar	KCAL	479,60	KCAL	479,60
MERENDA MANHÃ	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) salada de abobrinha + manga	Arroz, feijão carioca, Barrado, farinha mandioca + salada tomate e cebola+ banana	logurte morango s/lactose + biscoito doce integral s/lactose + banana	Arroz, feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alicce	Arroz, feijão preto, Carne ao molho, purê de batatas s/leite, salada beterraba	CHO	82,30	CHO	82,30
						PTN	15,30	PTN	15,30
MERENDA TARDE	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) salada de abobrinha + manga	Arroz, feijão carioca, Barrado, farinha mandioca + salada tomate e cebola+ banana	logurte morango s/lactose + biscoito doce integral s/lactose + banana	Arroz, feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alicce	Chá com leite s/lactose+ + pão s/lactose + manteiga s/lactose	LIP	8,60	LIP	8,60
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	20/mar	21/mar	22/mar	23/mar	24/mar	KCAL	510,23	KCAL	510,23
MERENDA MANHÃ	Macarrão parafuso, Frango ao molho desfiado, salada de alicce + banana	Arroz, feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada de acelga com cenoura + mamão	Vitamina de frutas (banana+mamão) c/leite s/lactose+ biscoito doce integral s/lactose	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 alicce + maçã	CHO	76,30	CHO	76,30
						PTN	14,20	PTN	14,20
MERENDA TARDE	Macarrão parafuso, frango ao molho desfiado, salada de alicce + banana	Arroz, feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada de acelga com cenoura + mamão	Vitamina de frutas (banana+mamão) c/leite s/lactose+ biscoito doce integral s/lactose	Arroz integral/ feijão carioca, Frango ao molho com legumes (batata e abobrinha), salada de pepino c/ tomate + péra	Café com leite s/lactose+ pão integral s/lactose +queijo s/lactose e margarina s/lactose	LIP	7,80	LIP	7,80
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	27/mar	28/mar	29/mar	30/mar	31/mar	KCAL	579,60	KCAL	579,60
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 fubá s/lactose + Melão	Arroz, feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com brócolis + maçã	Suco integral de uva, pão s/lactose c/ Frango desfiado ao molho, alicce, cenoura ralada + bolo de cenoura s/lactose	CHO	69,30	CHO	69,30
						PTN	15,20	PTN	15,20
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 fubá s/lactose + Melão	Arroz, feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com brócolis + maçã	Suco integral de uva, pão s/lactose c/ Frango desfiado ao molho, alicce, cenoura ralada + bolo de cenoura s/lactose	LIP	6,90	LIP	6,90

Aluna: Julia Banques Lopes Silva – Almirante

Patrícia dos Santos Alves Garcia
Matr Funcional nº 7893 CEN 8º REGIÃO
Nº 781

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente
Matr Funcional nº 7894 CEN 8º REGIÃO
Nº 731

Camille Cosentino de Carvalho
Matr Funcional nº 7894 CEN 8º REGIÃO
Nº 1109

Lidiane Correa Costa Stotela
CEN 8º REGIÃO 6313 Condição
Dietoterapia

CEN 8 14320 P
Nutricionista
Grupo Risoletândia