

CARDÁPIO PIAÇAGUERA
AGOSTO/2022

HORÁRIO	SEGUNDA 01/08	TERÇA 02/08	QUARTA 03/08	QUINTA 04/08	SEXTA 05/08	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL					
						KCAL	349,9	Kcal	CA	99,85	mg
DESJEJUM 7.30-08.00H	Café com leite + Biscoito polvilho + mamão	Leite com banana + Bolo de cenoura sem cobertura	Suco de Abacaxi Natural + Pão c/ ovo mexido + laranja	Vitamina de Frutas (banana + abacate) + Biscoito doce integral	Chá com leite + Pão com manteiga	CHO	41,3	g	FE	32,96	mg
						PTN	13,7	g	VIT. A	65,28	mcg
						LIP	6,5	g	VIT. C	87,50	mg
MERENDA MANHÃ/TARDE 10H-15.00H	Arroz + Feijão preto + Frango ao molho c/ abobrinha e cenoura + Salada de repolho + Melancia	Arroz integral+ Feijão carioca + Peixe ao molho + Pirão do molho de peixe + Salada de pepino c/ tomate	Arroz+ feijão preto+ Carne bovina ao molho com mandiocca+ Salada de Alface+ Laranja	Arroz + Feijão carioca + Frango assado (sobrecoca) + Creme de milho + Maciã	Arroz+ Feijão preto + Carne moída ao molho + Polenta + Salada de brócolis c/ couve flor + Mamão	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL					
HORÁRIO	SEGUNDA 08/08	TERÇA 09/08	QUARTA 10/08	QUINTA 11/08	SEXTA 12/08	KCAL	385,6	Kcal	CA	102,35	mg
DESJEJUM 7.30-08.00H	Café c/ leite + Biscoito salgado integral + laranja	Suco integral de maçã + Bolo de fubá + maçã	logurte de morango + Biscoito doce integral + banana	Chá com leite+ Pão com manteiga	Suco integral de uva + Sanduiche de pão fatiado c/ queijo, tomate e alface	CHO	44,6	g	FE	31,00	mg
						PTN	14,0	g	VIT. A	69,85	mcg
						LIP	6,2	g	VIT. C	100,32	mg
MERENDA MANHÃ/TARDE 10H-15.00H	Arroz + Feijão preto + Carne (cubos/fiscas) ao molho + Purê de batatas + Salada de beterraba	Arroz + Feijão carioca + Ovos mexidos + Abóbora refogada + Laranja	Macarrão parafuso + Frango desfiado ao molho + Salada de brócolis + Tangerina	Arroz + Feijão carioca + Barrado + Farinha de mandiocca + Salada de tomate c/ cebola + Banana	Arroz + feijão preto + Sobrecoca ao molho c/ cenoura + Salada de Couve-flor c/ tomate + Maciã						
HORÁRIO	SEGUNDA 15/08	TERÇA 16/08	QUARTA 17/08	QUINTA 18/08	SEXTA 19/08						
DESJEJUM 7.30-08.00H	Chá com leite + biscoito polvilho + melão										
MERENDA MANHÃ/TARDE 10H-15.00H	Arroz + Feijão preto + Frango ao molho + Jardineira de legumes (batata salsa, cenoura e chuchu) + Tangerina										

Patricia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 78993 CRN 8º REGIAO Nº 1781
Contrato nº 070/2021

Ligia Maria da Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional nº 1146 CRN 8º REGIAO Nº 2321
Contrato nº 070/2021

Camille Consentino de Carvalho
Mat. Funcional 7894 CRN 8º REGIAO Nº 1102
Contrato nº 070/2021

Bruna Rosalinski de Borba
CRN 8º REGIAO 13.128
Coordenadora Operacional
SEPAT MULTI SERVICE

CARDÁPIO EUFRASINA
AGOSTO/2022

HORÁRIO	SEGUNDA 01/08	TERÇA 02/08	QUARTA 03/08	QUINTA 04/08	SEXTA 05/08	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL																							
DESJEJUM 7.30-08.00H	Café com leite + Biscoito polvilho + mamão	Leite com banana + Bolo de cenoura sem cobertura	Suco de Abacaxi Natural + Pão c/ ovo mexido + tangerina	Vitamina de Frutas (banana + abacate) + Biscoito doce integral	Chá com leite + Pão com manteiga	KCAL	349,9	Kcal	CA	99,85	mg	CHO	41,3	g	FE	32,96	mg	PTN	13,7	g	VIT. A	65,28	mcg	LIP	6,5	g	VIT. C	87,50	mg
MERENDA MANHÃ/TARDE 10H-15.00H	Arroz + Feijão preto + Frango ao molho c/ abobrinha e cenoura + Salada de repolho + Melancia	Arroz integral+ Feijão carioca + Peixe ao molho + Pirão do molho de peixe + Salada de pepino c/ tomate	Arroz+ feijão preto+ Carne bovina ao molho com mandioca+ Salada de Alface+ Laranja	Arroz + Feijão carioca + Frango assado (sobrecoxa) + Creme de milho + Maciã	Arroz+ Feijão preto + Carne moída ao molho + Polenta + Salada de brócolis c/ couve flor + Mamão																								
HORÁRIO	SEGUNDA 08/08	TERÇA 09/08	QUARTA 10/08	QUINTA 11/08	SEXTA 12/08	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL																							
DESJEJUM 7.30-08.00H	Café c/ leite + Biscoito salgado integral +tangerina	Suco integral de maçã + Bolo de fubá + maçã	logurte de morango + Biscoito doce integral + banana	Chá com leite+ Pão com manteiga	Suco integral de uva + Sanduiche de pão fatiado c/ queijo, tomate e alface	KCAL	385,6	Kcal	CA	102,35	mg	CHO	44,6	g	FE	31,00	mg	PTN	14,0	g	VIT. A	69,85	mcg	LIP	6,2	g	VIT. C	100,32	mg
MERENDA MANHÃ/TARDE 10H-15.00H	Arroz + Feijão preto + Carne (cubos/lascas) ao molho + Purê de batatas + Salada de beterraba	Arroz + Feijão carioca + Ovos mexidos + Abóbora refogada + Laranja	Macarrão parafuso + Frango desfiado ao molho + Salada de brócolis + Tangerina	Arroz + Feijão carioca + Barreado + Farinha de mandioca + Salada de tomate c/ cebola + Banana	Arroz + feijão preto + Sobrecoxa ao molho c/ cenoura + Salada de Couve-flor c/ tomate + Maciã																								
HORÁRIO	SEGUNDA 15/08	TERÇA 16/08	QUARTA 17/08	QUINTA 18/08	SEXTA 19/08																								
DESJEJUM 7.30-08.00H	Chá com leite + biscoito polvilho + melão																												
MERENDA MANHÃ/TARDE 10H-15.00H	Arroz + Feijão preto + Frango ao molho + Jardineira de legumes (batata salsa, cenoura e chuchu) + Tangerina																												

Patricia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 070/2021

Ligia Aparecida da Silva Vicente
Mat. Funcional 11.106 CRN 8º REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 070/2021

Camille Consentino de Carvalho
Mat. Funcional 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102
Contrato nº 070/2021

Bruna Rosalinda de Borja
CRN 8º REGIÃO 13.128
Coordenadora Operacional
SEPAT MULTI SERVICE