

# Escola Parcial - S/ PEIXE + S/ TOMATE + S/ CORANTE

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
						KCAL	Kcal
Merenda Manhã/Tarde		1/11/2022	2/11/2022	3/11/2022	4/11/2022	CHO	68,97
						PTN	20,24
						LIP	13,15
	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	558,82
						CHO	77,87
						PTN	21,41
						LIP	18,67
Merenda Manhã/Tarde	Arroz, Feijão com cubos de carne bovina Farinha de mandioca Laranja	Arroz, feijão carioca Frango assado (sobrecoca) Creme de milho Maçã	Suco integral de maçã + Bolo de fubá + mamão	Arroz, Feijão preto + Ovos mexidos + abóbora refogada + maçã	Arroz, Feijão preto Frango (sassami) grelhado, salada de couve- flor + Abacaxi	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	KCAL	483,64
	14/11/2022	15/11/2022	16/11/2022	17/11/2022	18/11/2022	CHO	59,19
						PTN	15,36
						LIP	20,22
Merenda Manhã/Tarde	RECESSO	FERIADO	Café com leite + Pão integral com queijo e margarina	Arroz integral, feijão carioca, sobrecoxa ao molho com cenoura + pepino + Manga	Arroz, Feijão preto omelete assado, repolho c/ cenoura refogados + laranja	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	KCAL	500,15
	21/11/2022	22/11/2022	23/11/2022	24/11/2022	25/11/2022	CHO	80,25
						PTN	18,47
						LIP	13,04
Merenda Manhã/Tarde	Macarrão parafruso + frango ao molho, salada de vagem c/ cenoura + pêra	Arroz, Feijão preto, bolinho de carne ao molho, salada de azeite + melão	Iogurte natural com morango + Biscoito doce integral + Banana	Arroz, Feijão preto, barreado, farinha de mandioca, salada de alface e cebola + banana	Suco integral de uva + Pão com ovo mexido + alface e cenoura ralada + bolo de laranja	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	KCAL	428,23
	28/11/2022	29/11/2022	30/11/2022			CHO	60,36
						PTN	19,99
						LIP	12,89
Merenda Manhã/Tarde	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	Suco integral de uva + Pão com requeijão				

Aluna: Eduarda Oliveira Santos – Joaquin

Observações: Substituir molho de tomate por molho molho de cenoura com beterraba. Não utilizar tomate em nenhuma preparação.

  
**Patricia dos Santos Alves**  
 Mat Funcional nº 7893 CRN 8º  
 REGIÃO Nº 1781

  
**Ligia Márcia Toledo Faria Vicente**  
 Mat Funcional nº 11146 CRN 8º  
 REGIÃO Nº 2321

  
**Camille Consentino de Carvalho**  
 Mat Funcional nº 7894 CRN 8º  
 REGIÃO Nº 1102

  
**Lidiane Correia Costa Stoffella**  
 CRN 8º REGIÃO 6303  
 Coordenadora Operacional