



Escola Parcial Especial - INTOLERÂNCIA LACTOSE + FRUTAS CÍTRICAS



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
		1/11/2022	2/11/2022	3/11/2022	4/11/2022	KCAL	470,37	KCAL	470,37
Merenda Manhã		Arroz, feijão carioca Frango ao molho, Jardineira de legumes (chuchu, cenoura, batata) + Melão	FENIADO	Vitamina de frutas (abacate + banana) + Biscoito doce integral	Arroz, Feijão preto + Ovos mexidos + abóbora refogada + maçã	CHO	68,97	CHO	68,97
Merenda Tarde		Arroz, feijão carioca Frango ao molho, Jardineira de legumes (chuchu, cenoura, batata) + Melão		Vitamina de frutas (abacate + banana) + Biscoito doce integral	Arroz, Feijão preto + Ovos mexidos + abóbora refogada + maçã	PTN	20,24	PTN	20,24
	SEGUNDA	7/11/2022	8/11/2022	9/11/2022	10/11/2022	LIP	13,15	LIP	13,15
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	
Merenda Manhã	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina Farinha de mandioca Banana	Arroz, feijão carioca Frango assado (sobrecoxa) Milho e cenoura refogados Maçã	Suco integral de maçã + Bolo de fubá Sifaclose + mamão	Arroz integral, Feijão carioca + Peixe ao molho, Prído do molho de peixe Salada de alface com tomate	Suco integral de uva + sanduíche de pão fatiado sifaclose + queijo sifaclose + tomate + alface	KCAL	511,17	KCAL	511,17
Merenda Tarde	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina Farinha de mandioca Banana	Arroz, feijão carioca Frango assado (sobrecoxa) Milho e cenoura refogados Maçã	Suco integral de maçã + Bolo de fubá Sifaclose + mamão	Arroz integral, Feijão carioca + Peixe ao molho, Prído do molho de peixe Salada de alface com tomate	Suco integral de uva + sanduíche de pão fatiado sifaclose + queijo sifaclose + tomate + alface	CHO	78,60	CHO	78,60
	SEGUNDA	14/11/2022	15/11/2022	16/11/2022	17/11/2022	PTN	21,12	PTN	21,12
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	
Merenda Manhã						KCAL	443,73	KCAL	443,73
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Merenda Tarde	RECESSO	FERIADO	Café com leite sifaclose + Pão sifaclose com queijo sifaclose e margarina sifaclose	Arroz integral, feijão carioca, sobrecoxa ao molho com cenoura + Salada de pepino c/ tomate + manga	Arroz, Feijão preto omelete assado, repolho c/ cenoura refogados + péra	CHO	53,85	CHO	53,85
						PTN	15,22	PTN	15,22
						LIP	21,71	LIP	21,71
	SEGUNDA	21/11/2022	22/11/2022	23/11/2022	24/11/2022	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
						KCAL	502,92	KCAL	502,92
Merenda Manhã	Macarrão parafuso + frango ao molho, salada de vagem c/ cenoura + péra	Arroz, Feijão preto, bolinho de carne ao molho, salada de azeite + melão	Ingurte de morango sifaclose + biscoito doce integral sifaclose + banana	Arroz, Feijão preto, barrado, farinha de mandioca, salada de tomate e cebola + banana	Suco integral de uva + pão sifaclose com ovo mexido + alface e cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura sifaclose	CHO	75,21	CHO	75,21
Merenda Tarde	Macarrão parafuso + frango ao molho, salada de vagem c/ cenoura + péra	Arroz, Feijão preto, bolinho de carne ao molho, salada de azeite + melão	Ingurte de morango sifaclose + biscoito doce integral sifaclose + banana	Arroz, Feijão preto, barrado, farinha de mandioca, salada de tomate e cebola + banana	Suco integral de uva + pão sifaclose com ovo mexido + alface e cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura sifaclose	PTN	17,02	PTN	17,02
						LIP	16,18	LIP	16,18
	SEGUNDA	28/11/2022	29/11/2022	30/11/2022		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
						KCAL	400,87	KCAL	400,87
Merenda Manhã	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 sifaclose com requieijo sifaclose			CHO	52,77	CHO	52,77
Merenda 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 sifaclose com requieijo sifaclose			PTN	19,03	PTN	19,03
						LIP	18,83	LIP	18,83

Aluna: Julia Banques Lopes Silva – Almirante

Handwritten signature

Patrícia dos Santos Alves
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO
Nº 781

Handwritten signature

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

Handwritten signature

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

Handwritten signature

Lidiane Correa Costa Stolfina
CRN 8º REGIÃO 6303
Coordenadora Operacional