



Escola Ensino Especial APAE – EVA



		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		
			1/11/2022	2/11/2022	3/11/2022	4/11/2022	KCAL	849,16	Kcal
Desjejum			Suco de abacaxi natural + Pão com ovo mexido + Laranja	FERIADO	Vitamina de frutas (banana+abacate) + Biscoito Doce integral	Leite + mamão + Bolo de laranja	CHO	123,28	g
							PTN	33,36	g
Almoço			Arroz, feijão carioca Frango ao molho, jardineira de legumes (chuchu, cenoura, batata) + Melão		Arroz, feijão carioca Carne moída com legumes (vagem e cenoura) + salada de alface + manga	Arroz, Feijão preto + Ovos mexidos + abóbora refogada + maçã	LIP	26,63	g
		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	1005,07	Kcal
Desjejum	Chá com leite + Biscoito Salgado + Melão	Suco integral de maçã + Bolo de fubá + mamão	Chá com leite + Pão integral com manteiga	Vitamina de frutas (banana+morango) + Biscoito Doce integral	Suco integral de uva + sanduíche de pão fatiado + queijo + tomate +alface		CHO	142,96	g
Almoço	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + Farinha de mandioca Laranja	Arroz, feijão carioca Frango assado (sobrecoxa) Creme de milho Maçã	Arroz, Feijão preto + quibe assado + salada de repolho + manga	Arroz integral, Feijão carioca + Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe Salada de alface com tomate	Arroz, Feijão preto Frango (sassam) grelhado, salada de couve-flor + Abacaxi		PTN	39,45	g
						LIP	32,30	g	
		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		
		14/11/2022	15/11/2022	16/11/2022	17/11/2022	18/11/2022	KCAL	919,24	Kcal
Desjejum	RECESSO	FERIADO	Suco integral de uva+ Pão integral com requeijão	logurte de morango + Biscoito doce integral + Banana	Café com leite + Pão com queijo e margarina		CHO	112,18	g
Almoço				Arroz, Feijão preto, carne ao molho, purê de batatas + salada de beterraba	Arroz integral, feijão carioca, sobrecoxa ao molho com cenoura Salada de pepino com tomate + manga	Arroz, Feijão preto omelete assado, repolho c/cenoura refogados + laranja	PTN	21,75	g
						LIP	32,66	g	

PA

PA

PA

PA

Patrícia dos Santos Alves

Mat Funcional nº 7893 CRN 8º
REGIÃO Nº1781

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente

Mat Funcional nº 11146 CRN 8º
REGIÃO Nº2321

Camile Consentino de Carvalho

Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO
Nº1102

Lidiane Correia Costa Stofella

CRN 8º REGIÃO 6303
Coordenadora Operacional



Escola Ensino Especial APAE – EVA




		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		
		21/11/2022	22/11/2022	23/11/2022	24/11/2022	25/11/2022		KCAL	891,47	Kcal
Desjejum	Chá com leite + pão com manteiga	Leite + maçã + Bolo de cenoura sem cobertura	Café com leite + Pão integral com queijo e margarina	Salada de frutas (abacaxi, maçã e mamão) com aveia	Suco integral de uva + Pão com ovo mexido + alface e cenoura ralada + bolo de laranja	CHO	130,23	g		
Almoço	Macarrão parafuso + frango ao molho, salada de vagem c/cenoura + péra	Arroz, Feijão preto, bolinho de carne ao molho, salada de acelga + melão	Arroz, feijão carioca, Frango (sassami) ao molho Salada de brocolis + maçã	Arroz, Feijão preto, barreado, farinha de mandioca, salada de tomate e cebola + banana	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) + Salada de beterraba + manga	PTN	35,04	g		
						LIP	27,92	g		
		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		
		28/11/2022	29/11/2022	30/11/2022				KCAL	910,26	Kcal
Desjejum	Suco integral de uva + pão com requeijão	logurte de morango + Biscoito doce integral + Banana	Suco de abacaxi natural + pão com ovo mexido + ameixa							
Almoço	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	Arroz, Feijão preto Carne moída ao molho, purê de batatas +salada de pepino c/tomate							
						LIP	27,93	g		


Patricia dos Santos Alves
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º
REGIÃO Nº1781


Ligia Marcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º
REGIÃO Nº2321


Camille Consentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO
Nº1102


Lidianne Correia Costa Stofella
CRN 8º REGIÃO 6303
Coordenadora Operacional