



BERÇÁRIO - INTOLERÂNCIA LACTOSE

13 MESES À 2 ANOS E 11 MESES



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	1/11/2022	2/11/2022	3/11/2022	4/11/2022			
Desjejum	Suco de abacaxi natural + Ovos mexidos com couve + mamão picado	Pure de abacate com banana	Leite sflocoso + Panqueca de banana com aveia sfleite	Arroz, Feijão preto + Ovos mexidos c/couve + abóbora refogada + maçã	Arroz, Feijão preto + Ovos mexidos c/couve + abóbora refogada + maçã	CHO 89,34 PTN 24,26 LIP 20,88	Kcal 546,57 CHO 88,27 PTN 22,42 LIP 12,41
Almoço	Arroz, feijão carioca Frango ao molho, Jardineira de legumes (chuchu, cenoura, batata) + Melão	Arroz, feijão carioca Carne moída com legumes (vagem e cenoura) + alface + manga	Suco de uva integral + panqueca colorida de cenoura sfleite	Chá erva doce/cidreira + Biscoito de polvilho sflocoso+ Laranja	Chá erva doce/cidreira + Biscoito de polvilho sflocoso+ Laranja	CALCIO 156,50 FERRO 3,68 VITAMINA A 2470,60 VITAMINA C 94,95	CALCIO 156,11 FERRO 2,78 VITAMINA A 244,30 VITAMINA C 152,18
lanche 14H	Salada de frutas (banana, laranja e mamão) com aveia						
Jantar	Arroz carreteiro + espinafre com cenoura e batata + Salada de abobrinha	Polenta com almondegas ao molho + brócolis + salada de beterraba	Sopa de feijão com batata, carne, cenoura, couve + Mamão				
	SEGUNDA 7/11/2022	TERÇA 8/11/2022	QUARTA 9/11/2022	QUINTA 10/11/2022	SEXTA 11/11/2022	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum	Chá erva doce/cidreira + Biscoito de polvilho sflocoso+ maçã picada	Crema de banana, maçã e leite (sflocoso)	Leite sflocoso + mamão picado	Vitamina de frutas (banana + morango) c/ leite sflocoso + Biscoito caseiro com aveia e maçã sflocoso	Suco de uva integral + panqueca colorida de couve sfleite	KCAL 750,02 CHO 109,36 PTN 30,67 LIP 23,03	KCAL 539,01 CHO 75,80 PTN 28,77 LIP 16,59
Almoço	Arroz, Feijão com cubos de carne bovina Farinha de mandioca Laranja	Arroz, feijão carioca Frango assado (sobrecoca) Milho e cenoura refogados + rúcula Maçã	Arroz, Feijão preto + quibe assado + espinafre, 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 (salsami) grelhado, salada de acelga + abacaxi	CALCIO 263,94 FERRO 3,72 VITAMINA A 3843,36 VITAMINA C 75,00	CALCIO 123,36 FERRO 3,11 VITAMINA A 3953,42 VITAMINA C 146,11
lanche 14H	Suco de abacaxi natural + Ovos mexidos com couve + Melancia picada	Leite sflocoso sflocoso com banana e morango batido	Suco de uva integral + panqueca colorida de beterraba sfleite	Suco de maracujá c/couve + banana com aveia	Crema de manga, banana e aveia		
Jantar	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve	Macarrão com carne moída e brócolis refogado	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) + Salada de rúcula	Purê de batatas sfleite com carne moída ao molho + escarola + salada de cenoura	Polenta com almondegas ao molho + brócolis + salada de beterraba		
	SEGUNDA 14/11/2022	TERÇA 15/11/2022	QUARTA 16/11/2022	QUINTA 17/11/2022	SEXTA 18/11/2022	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum			Suco de maçã integral + salada de frutas (maçã, mamão e melão)	Leite sflocoso sflocoso com banana e morango batido	Crema de manga, banana e aveia	KCAL 596,71 CHO 93,92 PTN 21,06 LIP 16,07	KCAL 515,71 CHO 73,51 PTN 20,70 LIP 16,82
Almoço	RECESSO	FERIADO	Arroz, Feijão preto, carne ao molho, purê de batatas sfleite + couve + beterraba	Arroz integral, feijão carioca, sobrecoxa ao molho com cenoura + Salada de brócolis + Manga	Arroz, Feijão preto oneleira assado c/espinafre, repolho c/cenoura refogados + laranja	CALCIO 180,31 FERRO 3,59 VITAMINA A 530,84 VITAMINA C 87,92	CALCIO 161,04 FERRO 2,23 VITAMINA A 2753,20 VITAMINA C 25,23
lanche 14H			Chá erva doce/cidreira Biscoito de polvilho sflocoso + péra	Leite sflocoso + Panqueca de banana com aveia sfleite	Vitamina de frutas (banana + abacate) c/ leite sflocoso + Biscoito caseiro com aveia e maçã sflocoso		
Jantar			Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre	Macarrão com carne moída e brócolis refogado	Polenta + frango ao molho + salada de acelga + escarola		

PA

PA

OC

P.C.L.S

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

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

Camile Consolino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO
Nº 102

Lidiane Correia Costa Stotela
CRN 8º REGIÃO 6303
Coordenadora Operacional



BERÇÁRIO - INTOLERÂNCIA LACTOSE

13 MESES À 2 ANOS E 11 MESES



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	21/11/2022	22/11/2022	23/11/2022	24/11/2022	25/11/2022	KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum	Chá ervas doces/cidreira Biscoito de polvilho s/lactose + mamão	Suco de uva integral + panqueca colorida de beterraba s/leite	Suco de maçã integral + salada de frutas (banana, laranja e mamão)	Vitamina de frutas (maçã + mamão) c/leite s/lactose + Biscoito caseiro com aveia e banana s/lactose	Leite s/lactose + Panqueca de banana com aveia s/leite	CHO	9	CHO	9
Almoço	Macarrão parafuso + frango ao molho + espinafre+ salada de vagem c/cenoura + péra	Arroz, Feijão preto, bolinho de carne ao molho, salada de acelga + melão	Arroz, feijão carioca Frango (salsinha) ao molho Salada de brócolis + maçã	Arroz, Feijão preto, barrado, farinha de mandioca, salada de tomate e cebola + banana	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) + Salada de beterraba + escarola + manga	PTN	9	PTN	9
						LIP	9	LIP	9
lanche 14h	Vitamina de frutas (banana + mamão) c/leite s/lactose + Biscoito caseiro com aveia e maçã s/lactose	Leite s/lactose + manga picada	Suco de abacaxi natural + Ovos mexidos com couve + melancia	Leite s/lactose s/lactose com banana e morango batido	Leite s/lactose + Creme de banana, maçã e Leite s/lactose	CALCIO	Mg	CALCIO	Mg
						FERRO	Mg	FERRO	Mg
Jantar	Sopa de feijão com batata, carne, cenoura, couve+ Laranja picada	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve	Polenta com carne moída ao molho + agrião, abobrinha refogada	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre	Macarrão com carne moída e brócolis refogado	VITAMINA A	Mg	VITAMINA A	Mg
						VITAMINA C	Mg	VITAMINA C	Mg
	SEGUNDA 28/11/2022	TERÇA 29/11/2022	QUARTA 30/11/2022	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum	Suco de abacaxi natural + Ovos mexidos com couve + ameixa	Leite s/lactose s/lactose com banana e morango batido	Leite s/lactose + mamão picado			KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
						CHO	9	CHO	9
						PTN	9	PTN	9
Almoço	Arroz, feijão preto, carne bovina c/mandioca ao molho + salada de alface + melancia	Arroz integral, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes + rúcula (cenoura c/ chuchu) + Salada de brócolis c/ couve flor + Manga	Arroz, Feijão preto Carne moída ao molho, purê de batatas s/leite + salada de pepino com tomate + alface			LIP	9	LIP	9
lanche 14h	Leite s/lactose + péra picada	Mingau de aveia com banana c/leite s/lactose	Purê de abacate c/banana			CALCIO	Mg	CALCIO	Mg
						FERRO	Mg	FERRO	Mg
						VITAMINA A	Mg	VITAMINA A	Mg
Jantar	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) + rúcula	Arroz carreteiro com cenoura e batata + espinafre + abobrinha	Polenta + frango ao molho + salada de acelga + escarola			VITAMINA C	Mg	VITAMINA C	Mg

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

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

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

Lidianne Correa Costa Stofella
CRN 8º REGIÃO 6303
Coordenadora Operacional