



Escola Integral - DIABETES + S/LACTOSE + S/OVO



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum		14/11/2022	21/11/2022	3/11/2022	4/11/2022	721,24	9	361,07	9
				Vitamina de frutas c/ leite desnatado + biscoito doce integral diet (banana + abacaxi) + Biscoito doce integral diet s/lactose s/ovos	Leite desnatado + s/lactose + mamão + Bolo diet s/lactose s/ovos	108,38	9	65,22	9
Almooço			FERIADO	Arroz integral, feijão carioca Carne moída com legumes (vagem e cenoura) + salada de alface + manga	Arroz integral, feijão preto, frango (salsami) grelhado + abóbora refogada + maçã	PTN 33,75	9	PTN 12,13	9
				Chá com Leite desnatado + pão s/lactose s/ovos integral com manteiga s/lactose	Suco integral de uva + biscoito salgado integral s/lactose s/ovos	LIP 26,05	9	LIP 15,57	9
lanche 15H									
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	7/11/2022	8/11/2022	9/11/2022	10/11/2022	11/11/2022				
Desjejum	Chá com Leite desnatado + Biscoito salgado integral s/lactose s/ovos + Melão	Suco integral de maçã + Bolo diet s/lactose s/ovos + mamão	Chá com Leite desnatado + pão s/lactose s/ovos integral com manteiga s/lactose	Vitamina de frutas c/ leite desnatado + biscoito doce integral diet (banana + morango) + Biscoito doce integral diet s/lactose s/ovos	Suco integral de uva + sanduíche de pão integral frito s/lactose s/ovos + queijo s/lactose + tomate + alface	852,05	9	325,00	9
Almooço	Arroz integral, Feijão com cubos de carne bovina + Farinha de mandioca Laranja	Arroz integral, feijão carioca Frango assado (sobrecoca) Milho e cenoura refogados Maçã	Arroz integral, Feijão preto + quibe assado s/ovo + salada de repolho + manga	Arroz integral, Feijão carioca + Peixe ao molho, Pão do molho de peixe Salada de alface com tomate	Arroz integral, Feijão preto Frango (salsami) grelhado, salada de couve-flor + Abacaxi	CHO 104,62	9	CHO 54,52	9
						PTN 16,51	9	PTN 20,11	9
lanche 15H	Suco de abacaxi natural + pão integral s/lactose s/ovos com frango desfiado + Melancia	Logurte diet de morango s/lactose + biscoito doce integral diet s/lactose s/ovos + banana	Café com Leite desnatado + pão integral s/lactose s/ovos com queijo s/lactose e margarina s/lactose	Sagu + Maçã	Leite desnatado + maçã + Bolo de cenoura s/cobertura s/ovos s/lactose	LIP 39,62	9	LIP 6,68	9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	14/11/2022	15/11/2022	16/11/2022	17/11/2022	18/11/2022				
Desjejum				Suco integral de laranja + pão integral s/lactose s/ovos com requeijo s/lactose	logurte diet de morango s/lactose + biscoito doce integral diet s/lactose s/ovos + banana	KCAL 864,88	9	KCAL 350,06	9
				Arroz integral, Feijão preto, carne ao molho, purê de batata s/ leite desnatado + salada de beterraba	Arroz integral, feijão carioca, sobrecoxa ao molho com cenoura pepino com tomate + manga	CHO 107,37	9	CHO 60,02	9
Almooço	RECESSO	FERIADO		Suco integral de maçã + Biscoito salgado integral s/lactose s/ovos + Mamão	Suco integral de maçã + Bolo diet s/lactose s/ovos + Maçã	PTN 15,43	9	PTN 19,02	9
						LIP 41,79	9	LIP 11,02	9
lanche 15H									

Patricia dos Santos Alves

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente

Camille Conceição de Carvalho

Lidiane Corrêa Costa Stedile

Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 1781

Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321

Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102

CRN 8º REGIÃO 6303

Operacional

Coordenadora



Escola Integral - DIABETES + S/ LACTOSE + S/ OVO



	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				
Desjejum	Chá com Leite desnatado s/lactose + pão integral s/lactose c/manteiga s/lactose	Leite desnatado s/lactose + maçã + Bolo diet s/lactose s/ovos	Café com Leite desnatado s/lactose + pão integral s/lactose s/ovos com queijo s/lactose e margarina s/lactose	Salada de frutas (abacaxi, maçã e melão) com aveia	Suco integral de uva + pão integral s/lactose s/ovos com frango desfiado + alface e cenoura ralada + Bolo de cenoura s/cobertura s/lactose s/ovos	KCAL	733.86	KCAL	386.38
Almoço	Macarrão parafuso s/ovos + frango ao molho, salada de vagem c/cenoura + péra	Arroz integral, Feijão preto, bolinho de carne s/ovos ao molho, salada de acedga + melão	Arroz integral, feijão carioca Frango (sassam) ao molho Salada de brócolis + maçã	Arroz integral, Feijão preto, barreado, farinha de mandioca, salada de tomate e cebola + banana	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) + Salada de beterraba + manga	CHO	113.00	CHO	54.00
lanche 15H	Canjica c/leite desnatado s/lactose + Melão	Café com Leite desnatado s/lactose + pão integral s/lactose s/ovos com queijo s/lactose e margarina s/lactose	loquize diet de morango s/lactose + biscoito doce integral diet s/lactose s/ovos + banana	Chá com Leite desnatado s/lactose + biscoito de polvilho s/lactose + mamão	Suco integral de uva + pão integral s/lactose s/ovos com frango desfiado + alface e cenoura ralada + Bolo de cenoura s/cobertura s/lactose s/ovos	PTN	30.00	PTN	15.00
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	28/11/2022	29/11/2022	30/11/2022						
Desjejum	Suco integral de laranja + pão integral s/lactose s/ovos com requeijão s/lactose	loquize diet de morango s/lactose + biscoito doce integral diet s/lactose s/ovos + banana	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão integral s/lactose com carne desfiada + Laranja			KCAL	844.67	KCAL	303.58
Almoço	Arroz integral, feijão preto, carne bovina c/mandioca ao molho + salada de alface + melancia	Arroz integral integral, feijão carioca, frango ao molho com legumes (cenoura c/chuchu) salada de brócolis c/couve flor + manga	Arroz integral, Feijão preto Carne moída ao molho, purê de batata s/leite desnatado +salada de pepino c/tomate			CHO	113.29	CHO	43.07
lanche 15H	Suco integral de uva + sanduiche de pão integral fatiado s/lactose s/ovos + queijo s/lactose + tomate + alface + péra	Vitamina de frutas c/leite desnatado s/lactose (maçã+mamão) + biscoito doce integral diet s/lactose s/ovos	Leite desnatado s/lactose + mamão + Bolo diet s/lactose s/ovos			PTN	34.03	PTN	10.68
						LIP	38.55	LIP	11.61

Aluno: Erick Kaminski Jurchaks / Dieta: S/ Ovo + S/ Lactose + Diabetes - Nayá  
Observação: Adoçante Stevia ou Sucralose

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

Ligia Marcia Toledo Faria Vileu  
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO N°2321

Camille Consolino de Carvalho  
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO N°1102

Lidiane Corrêa Costa Súdila  
CRN 8º REGIÃO 6303  
Operacional Coordenadora