



Escola Parcial – DIABETES



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
		11/11/2022	21/11/2022	31/11/2022	4/11/2022	KCAL 470,37 Kcal CHO 68,97 g PTN 20,24 g LIP 13,15 g
Merenda Manhã/Tarde		Arroz integral, feijão carioca Frango ao molho, Jardineira de legumes (chuchu, cenoura, batata) + Melão	FERIADO	Arroz integral, feijão carioca Carne moída com legumes (vagem e cenoura) + salada de alface + manga	Arroz integral, Feijão preto + Ovos mexidos + abóbora refogada + maçã	
	SEGUNDA 7/11/2022	TERÇA 8/11/2022	QUARTA 9/11/2022	QUINTA 10/11/2022	SEXTA 11/11/2022	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL KCAL 514,09 Kcal CHO 68,16 g PTN 20,84 g LIP 15,24 g
Merenda Manhã/Tarde	Arroz integral, Feijoadá com cubos de carne bovina Farinha de mandioca Laranja	Arroz integral, feijão carioca Frango assado (sobrecoca) Milho e cenoura refogados Maçã	Suco integral de maçã + Bolo diet + mamão	Arroz integral, Feijão carioca + Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe Salada de alface com tomate	Arroz integral, Feijão preto Frango (sassam) grelhado, salada de couve-flor + Abacaxi	
	SEGUNDA 14/11/2022	TERÇA 15/11/2022	QUARTA 16/11/2022	QUINTA 17/11/2022	SEXTA 18/11/2022	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL KCAL 470,59 Kcal CHO 56,34 g PTN 15,36 g LIP 17,98 g
Merenda Manhã/Tarde	RECESSO	FERIADO	Café com leite desnatado+ Pão integral com queijo e margarina	Arroz integral integral, feijão carioca, sobrecoca ao molho com cenoura + pepino com tomate + Manga	Arroz integral, Feijão preto omelete assado, repolho c/cenoura refogados + laranja	
	SEGUNDA 21/11/2022	TERÇA 22/11/2022	QUARTA 23/11/2022	QUINTA 24/11/2022	SEXTA 25/11/2022	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL KCAL 524,96 Kcal CHO 81,31 g PTN 18,79 g LIP 10,79 g
Merenda Manhã/Tarde	Macarrão integral + Frango ao molho, salada de vagem c/cenoura + pera	Arroz integral, Feijão preto, bolinho de carne ao molho, salada de acega + melão	lougure de morango diet+ Biscoito doce integral + Banana	Arroz integral, Feijão preto, barreado, farinha de mandioca, salada de tomate e cebola + banana	Suco integral de laranja + Pão integral com ovo mexido + alface e cenoura ralada + Bolo diet	
	SEGUNDA 28/11/2022	TERÇA 29/11/2022	QUARTA 30/11/2022	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL KCAL 420,97 Kcal CHO 60,12 g PTN 20,32 g LIP 11,95 g
Merenda Manhã/Tarde	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	Suco integral de laranja + pão integral com requeijão			

Observação: Adoçante Sacralose ou
Stevia

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

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIAO
Nº2321

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

Lidiane Correia Costa Stortella
CRN 8º REGIAO 6303
Coordenadora Operacional