

ESCOLA ENSINO ESPECIAL APAE/EVA CAVANI



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		
						MANHÃ		
Desjejum			Suco de abacaxi natural+ pão+ c/ovo + melancia	Salada de frutas (laranja, mamão, melão) com aveia	Lente com banana + Bolo cenoura sem cobertura	KCAL	986,32	Kcal
						CHO	148,35	g
Almoço			Arroz, feijão preto, quibe assado, salada repolho + manga	Arroz, feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura, chuchu) + maçã	Arroz, feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas, salada de beterraba	PTN	41,35	g
						LIP	33,21	g
MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ								
Desjejum	SEGUNDA 06/mar	TERÇA 07/mar	QUARTA 08/mar	QUINTA 09/mar	SEXTA 10/mar	KCAL	1026,32	Kcal
	Chá com leite + pão + manteiga	Leite com maçã + bolo de laranja	Suco integral de uva + pão integral com requieijo	Café com leite + biscoito polvilho + melão	Suco integral uva, sanduiche de pão fatiado + queijo + tomate+ alicace	CHO	176,68	g
Almoço	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina, Farinha de mandioca + laranja	Arroz, feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, Salada de beterraba + Melancia	Arroz, feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alicace + maçã	Arroz integral, feijão carioca, Frango assado, (sobrecoxa) creme de milho + pera	Arroz, feijão preto, Ovos mexidos + couve, Abóbora refogada + melão	PTN	46,25	g
						LIP	30,42	g
MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ								
Desjejum	SEGUNDA 13/mar	TERÇA 14/mar	QUARTA 15/mar	QUINTA 16/mar	SEXTA 17/mar	KCAL	981,26	Kcal
	Chá com leite + biscoito salgado integral + melão	Leite com mamão + Bolo cenoura sem cobertura	logurte morango+ biscoito doce integral + banana	Vitamina de frutas (maçã+mamão) + Biscoito doce integral	Café com leite + pão integral +queijo e margarina	CHO	157,42	g
Almoço	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) salada de abobrinha + manga	Arroz, feijão carioca, Barreado, farinha mandioca + salada tomate e cebola+ banana	Arroz, feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + goiaba	Arroz, feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada alicace	Arroz, feijão preto, Carne ao molho, purê de batatas, salada de beterraba	PTN	40,16	g
						LIP	31,85	g
MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ								
Desjejum	SEGUNDA 20/mar	TERÇA 21/mar	QUARTA 22/mar	QUINTA 23/mar	SEXTA 24/mar	KCAL	892,46	Kcal
	Café com leite + pão integral +queijo e margarina	logurte morango+ biscoito doce integral + banana	Suco de abacaxi natural+ pão+ com ovo + laranja	Vitamina de frutas (banana+mamão) + biscoito doce integral	Chá com leite + pão + manteiga	CHO	141,27	g
Almoço	Macarrão parafuso, frango ao molho desfiado, salada de alicace + banana	Arroz, feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada aceija com cenoura + mamão	Arroz, feijão preto, carne ao molho + couve, Abóbora refogada + manga	Arroz integral/ feijão carioca, Frango ao molho com legumes (batata com abobrinha), salada de pepino c/tomate + pera	Arroz, feijão preto, Carne moída com legumes (cenoura e brócolis) , salada de alicace + maçã	PTN	42,15	g
						LIP	27,23	g
MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ								
Desjejum	SEGUNDA 27/mar	TERÇA 28/mar	QUARTA 29/mar	QUINTA 30/mar	SEXTA 31/mar	KCAL	949,21	Kcal
	Café com leite + biscoito salgado integral + abacaxi	Vitamina de frutas (banana+abacate) + Biscoito Doce integral	Suco integral de maçã+ bolo de fubá + maçã	logurte morango+ biscoito doce integral + banana	Suco integral de uva, pão hot dog c/ frango desfiado ao molho, alicace, cenoura ralada + bolo de laranja	CHO	135,28	g
Almoço	Arroz, feijão preto, Frango (sassami) ao molho, salada de couve flor + melão	Arroz, feijão carioca, Carne moída ao molho, Polenta, salada de cenoura + mamão	Arroz, feijão preto, Omelete assado, legumes refogados(repolho c/cenoura refogados) + abacaxi	Arroz, feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + maçã	Macarrão parafuso com carne moída ao molho + salada de alicace + goiaba	PTN	40,16	g
						LIP	29,61	g

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

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

Camile Consistentio de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º
REGIÃO Nº1102

Lidiane Correia Costa Stofella
CRN 8º REGIÃO 6303 Coordenadora Operacional

Mariana Revoltino Gonçalves
CREF 8 148320 P
Nutricionista
Grupo Rivotolândia