



Escola Ensino Especial APAE - EVA



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
	3/out	4/out	8/out	6/out	7/out	KCAL 1092,42 CHO 173,21 PTN 40,37 LIP 29,58
Desjejum	Café com leite + Pão de leite c/ queijo e margarina	Vitaminas de frutas (banana + abacate) + Biscoito Doce Integral	Suco integral de maçã + Bolo de lula + Pera	Ingrediente de morango + Biscoito doce integral + Banana		Kcal 9
Almoço	Aroz, feijão preto, Frango (sossinho) grelhado, Salada de beterraba + Manga	Aroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho, Polenta, Salada de brocolis c/ couve flor + Melão	Aroz, Feijão preto, Ovos mexidos, Abóbora refogada + Melancia	Aroz, Feijão carioca, Quila assado Salada de repolho + Maçã	FERIADO	PTN 40,37 LIP 29,58
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
	10/out	11/out	12/out	13/out	14/out	KCAL 942,55 CHO 133,99 PTN 36,70 LIP 30,69
Desjejum	Chá com leite + Pão integral com manteiga	Suco integral de uva + Pão com queijo formigão + Bolo de Laranja + Pipoca		Leite com leite + Biscoito polvilho salgado + Banana	Suco de abacaxi natural + Pão com ovo mexido + Laranja	Kcal 9
Almoço	Aroz, Feijão com cubos de carne bovina, Farinha de mandioca + Laranja	Aroz integral, feijão carioca, Frango ao molho, Jardineira de legumes (cenoura, abobrinha, batata salada) + Mamão	FERIADO	Aroz, feijão carioca, Carne ao molho com mandioca + Salada de alface + Maçã	Macarrão parmesão, Frango ao molho desfiado + Salada de pepino com tomate + Melancia	PTN 36,70 LIP 30,69
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
	17/out	18/out	19/out	20/out	21/out	KCAL 988,76 CHO 130,46 PTN 37,63 LIP 36,75
Desjejum	Suco integral de uva + Pão de leite c/ requeijão	Ingrediente de morango + Biscoito doce integral + Banana	Suco integral de uva + Biscoito salgado integral + Pera	Café com leite + Pão integral com queijo e margarina	Leite + maçã + Bolo de cenoura sem cobertura	Kcal 9
Almoço	Aroz, feijão preto, Carne moída ao molho, Purê de batatas + Salada de abacathia	Aroz, Feijão carioca, Frango (sossinho) ao molho, Salada de brocolis + Laranja	Aroz, feijão preto, Bolo de carne ao molho + Salada de alface + Melancia	Aroz, feijão carioca, Frango assado (sobrecoca), Creme de milho, maçã	Aroz, Feijão preto, Onete assado, Chuchu e cenoura refogados, Mamão	PTN 37,63 LIP 36,75
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
	24/out	25/out	26/out	27/out	28/out	KCAL 1006,94 CHO 147,93 PTN 42,24 LIP 29,43
Desjejum	Chá com leite, Pão integral com manteiga	Vitaminas de frutas (banana + morango) + Biscoito Doce Integral	Suco de abacaxi natural, Pão com ovo mexido, Pera	Suco integral de uva, Pão c/ frango desfiado ao molho + alface e cenoura ralada + Bolo de laranja	FERIADO	Kcal 9
Almoço	Aroz, feijão preto, Sobrecoca ao molho com cenoura + Salada de alface + Manga	Aroz integral, feijão carioca, Peixe ao molho, Pão de milho de pipoca, salada de repolho com tomate	Aroz, feijão preto, Bandedo, farinha de mandioca, Salada de tomate e cebola, Banana	Aroz, feijão carioca, Frango ao molho com legumes (chuchu, cenoura) + Salada de pepino		PTN 42,24 LIP 29,43
	SEGUNDA					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
	31/out					KCAL 775,11 CHO 108,73 PTN 26,80 LIP 26,64
Desjejum	Café com leite, Biscoito polvilho salgado, Maçã					Kcal 9
Almoço	Risoto de frango (batata + cenoura + milho + frango) brocolis, mamão					PTN 26,80 LIP 26,64

PA

Am

Desentire

Andriane C. S. S. 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 Consistentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º
REGIÃO Nº 1102

Lidiane Correia Costa Sotelo
CRN 8º REGIÃO 6303
Coordenadora Operacional