



**CARDÁPIO ENSINO ESPECIAL SEM PEIXE
AGOSTO/2022**



HORÁRIO	SEGUNDA 01/08	TERÇA 02/08	QUARTA 03/08	QUINTA 04/08	SEXTA 05/08	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
07:30 - 08:00H DESJEJUM	Café com leite + Biscoito polvilho + mamão	Leite com banana + Bolo de cenoura sem cobertura	Suco de Abacaxi Natural + Pão c/ ovo mexido + tangerina	Vitamina de Frutas (banana + abacate) + Biscoito doce integral	Chá com leite + Pão com manteiga	<div> <div>KCAL</div> <div>CHO</div> <div>PTN</div> </div> <div> 521,2 Kcal 57,9 g 43,9 g </div> <div> CA FE VT. A </div> <div> 142,36 mg 13,16 mg 205,90 mcg </div>
10:30 - 11:00H ALMOÇO	Arroz integral + Feijão preto + Frango ao molho c/ abobrinha e cenoura + Salada de repolho + Melancia	Arroz + Feijão carioca + Cubos de carne ao molho + Purê de batatas + Salada de pepino c/ tomate	Arroz + Feijão preto+ Carne bovina ao molho com mandiocca+ Salada de Aflace+ Laranja	Arroz + Feijão carioca + Frango assado (sobrecoxa) + Creme de milho + Maçã	Arroz + Feijão preto + Carne moída ao molho + Polenta + Salada de brócolis c/ couve flor + Mamão	<div> <div>LIP</div> <div>VT. C</div> </div> <div> 12,8 g 200,10 mg </div>
HORÁRIO	SEGUNDA 08/08	TERÇA 09/08	QUARTA 10/08	QUINTA 11/08	SEXTA 12/08	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
07:30 - 08:00H DESJEJUM	Café c/ leite + Biscoito salgado integral +tangerina	Suco integral de maçã + Bolo de fubá + banana	logunte de morango + Biscoito doce integral + banana	Chá com leite+ Pão com manteiga	Suco integral de uva + Sanduíche de pão fatiado c/ queijo, tomate e aflace	<div> <div>KCAL</div> <div>CHO</div> <div>PTN</div> </div> <div> 530,5 Kcal 55,0 g 39,0 g </div> <div> CA FE VT. A </div> <div> 122,74 mg 12,80 mg 203,10 mcg </div>
10:30 - 11:00H ALMOÇO	Arroz + Feijão preto + Carne (cubos/fiscas) ao molho + Purê de batatas + Salada de beterraba	Arroz + Feijão carioca + Ovos mexidos + Abóbora refogada + Laranja	Macarrão parafuso + Frango desfiado ao molho + Salada de brócolis + Tangerina	Arroz + Feijão carioca + Barreado + Farinha de mandiocca + Salada de tomate c/ cebola + Banana	Arroz + Feijão preto + Sobrecoxa ao molho c/ cenoura + Salada de Couve-flor c/ tomate + Maçã	<div> <div>LIP</div> <div>VT. C</div> </div> <div> 11,6 g 247,89 mg </div>
HORÁRIO	SEGUNDA 15/08	TERÇA 16/08	QUARTA 17/08	QUINTA 18/08	SEXTA 19/08	
07:30 - 08:00H DESJEJUM	Chá com leite + biscoito polvilho + melão					
10:30 - 11:00H ALMOÇO	Arroz + Feijão preto + Frango ao molho + Jardineira de legumes (batata salsa, cenoura e chuchu) + Tangerina					

Dieta: ALERGIA A PEIXE

Patricia dos Santos Alves
Mat Funcional nº7893 CRN 8º REGIÃO Nº 1781

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146 CRN 8º REGIAO N° 2321

Camile Consenso de Carvalho
Mat. Funcional 7894 CRN 8º REGIAO N° 1102

Bruna Rosalinski de Borba
CRN 8º REGIÃO 13.128
Coordenadora Operacional

SEPAI MULTI SERVICE