



ENSINO ESPECIAL - EVA - APAE

APLV + SOJA + GLÚTEN



SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
06/fev		07/fev	08/fev	09/fev	10/fev		
DESEJUM	Suco de abacaxi natural+ pão s/glúten s/leite+ com ovo +mamão	Leite vegetal com maçã + Bolo s/glúten de laranja s/leite	Leite vegetal batido morango+ biscoito s/glúten doce integral s/leite + banana	Café com leite vegetal + pão s/glúten integral s/leite + creme vegetal	Vitamina de frutas (banana+abacate) c/leite vegetal + biscoito s/glúten doce integral s/leite	KCAL	855,11 Kcal
						CHO	121,11 g
ALMOÇO	Arroz, feijão preto, Carne ao molho, purê de batatas s/leite, salada beterraba	Arroz integral, feijão carioca, Frango assado(sobrecoxa) milho e cenoura refogados + péra	Arroz, feijão preto, Omelete assado, legumes refogados(repolho c/cenoura refogados) + melão	Arroz, feijão carioca, Barreado, farinha mandioca + salada tomate e cebola+ banana	Arroz, feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de abobrinha + manga	PTN	32,20 g
						LIP	34,27 g
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
13/fev		14/fev	15/fev	16/fev	17/fev		
DESEJUM	Suco de abacaxi natural+ pão s/glúten s/leite+ com ovo +melancia	Café com leite vegetal + biscoito s/glúten salgado integral s/leite + péra	Suco integral uva, sanduiche de pão s/glúten fatiado s/leite + creme vegetal + tomate+ alface	Vitamina de frutas (banana+mamão) c/leite vegetal + biscoito s/glúten doce integral s/leite	Leite vegetal com maçã+Bolo s/glúten de cenoura sem cobertura s/leite	KCAL	868,45 Kcal
						CHO	130,20 g
ALMOÇO	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina, Farinha de mandioca + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura, chuchu) + maçã	Macarrão s/glúten com molho de carne moída, salada de escarola + abacaxi	Arroz, feijão preto, Frango (sassami) grelhado, salada de couve flor+melão	Arroz, feijão preto, carne moída com molho, salada repolho + manga	PTN	34,00 g
						LIP	27,64 g
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
20/fev		21/fev	22/fev	23/fev	24/fev		
DESEJUM	RECESSO	FERIADO	FERIADO	Chá com leite vegetal + biscoito s/glúten salgado integral s/leite + maçã	Suco integral de uva, pão s/glúten s/leite com ovo mexido, alface,cenoura ralada + Bolo s/glúten de laranja s/leite	KCAL	1164,01 Kcal
						CHO	166,48 g
ALMOÇO	RECESSO	FERIADO	FERIADO	Arroz integral, feijão carioca, Carne moída ao molho, polenta s/glúten, salada de pepino c/tomate + laranja	Arroz, feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de acelga c/cenoura + Goiaba	PTN	39,98 g
						LIP	41,75 g
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
27/fev		28/fev	01/mar	02/mar	03/mar		
DESEJUM	Chá com leite vegetal + pão s/glúten s/leite + creme vegetal + maçã	Suco integral de maçã+ Bolo s/glúten de tubá s/leite + melão				KCAL	788,13 Kcal
						CHO	124,29 g
						PTN	32,10 g
						LIP	29,96 g
ALMOÇO	Arroz, feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + laranja	Arroz, feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de couve-flor com tomate					

Aluna: Julia C. O. Rougemont – Apaé

Observações: Utilizar Leite de Côco (não aceita outro leite vegetal)

Observações: Biscoito s/glúten, pães e bolos s/glúten não devem conter traços de soja. Não utilizar óleo de soja.

PA

DE

Jo.C.L.S.

BRUNA KOSCIUSKI

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

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2121

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

Lidiane Corrêa Costa Stollia
CRN 8º REGIÃO 6303 Coordenadora Operacional

BRUNA KOSCIUSKI
Nutricionista Controller
CRN8 15180P