

ENSINO ESPECIAL - EVA - APAE SEM OVO

	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/ovos+ com frango desfiado +mamão	Leite com maçã + bolo de laranja s/ovos	iogurte morango+ biscoito doce integral s/ovo + banana	Café com leite + pão integral s/ovos +queijo e margarina	Vitamina de frutas (banana+abacate) + biscoito doce integral s/ovos	KCAL	976,78	Kcal
						CHO	125,88	g
ALMOÇO	Arroz, feijão preto, Carne ao molho, purê de batatas, salada beterraba	Arroz integral, feijão carioca, Frango assado(sobrecoxa) creme de milho + péra	Arroz, feijão preto, sassami ao molho, 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	40,51	g
						LIP	44,22	g
MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL								
DESEJUM	Suco de abacaxi natural+ pão s/ovos+ com frango desfiado +melancia	Café com leite + biscoito salgado integral s/ovos + péra	Suco integral uva, sanduiche de pão fatiado s/ovo + queijo + tomate+ alface	Vitamina de frutas (banana+mamão) + biscoito doce integral s/ovos	Leite com maçã+Bolo cenoura sem cobertura s/ovos	KCAL	896,17	Kcal
						CHO	133,40	g
ALMOÇO	Arroz, Feijoad com cubos de carne bovina, Farinha de mandioca + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura, chuchu) + maçã	Macarrão s/ovos com molho de carne moída, salada de escarola + abacaxi	Arroz, feijão preto, Frango (sassami) grelhado, salada de couve-flor+melão	Arroz, feijão preto, quibe assado s/ovo, salada repolho + manga	PTN	36,68	g
						LIP	28,52	g
MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL								
DESEJUM	RECESSO	FERIADO	FERIADO	Chá com leite + biscoito salgado integral s/ovos+ maçã	Suco integral de uva, Pão com frango desfiado, alface, cenoura ralada + bolo de laranja s/ovos	KCAL	1192,21	Kcal
						CHO	171,14	g
ALMOÇO	RECESSO	FERIADO	FERIADO	Arroz integral, feijão carioca, Carne moída ao molho, Polenta, salada de pepino c/tomate + laranja	Arroz, feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de acelga c/cenoura + goiaba	PTN	42,73	g
						LIP	41,51	g
MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL								
DESEJUM	Chá com leite + pão s/ovos + manteiga+ maçã	Suco integral de maçã+ bolo de fubá s/ovos + melão				KCAL	862,49	Kcal
						CHO	124,93	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				PTN	34,91	g
						LIP	28,93	g

Aluna: Isadora Araújo de Paulo – Apaee

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

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIAO
Nº7321

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

Lidiane Correia Costa Sotella
CRN 8º REGIAO 6303 Coordenadora Operacional

Nutricionista Controller
BRUNA KOSCIURESKI
CRN8 15180P