

# ENSINO ESPECIAL - EVA - APAE

## INTOLERÂNCIA A LACTOSE

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
	06/fev	07/fev	08/fev	09/fev	10/fev	KCAL	Kcal
DESJEJUM	Suco de abacaxi natural+ pão s/lactose+ com ovo + mamão	Leite s/lactose com maçã + bolo de laranja s/lactose	logurte morango s/lactose + biscoito doce integral s/lactose + banana	Café com leite s/lactose+ pão integral s/lactose +queijo s/lactose e margarina s/lactose	Vitamina de frutas (banana+abacate) c/leite s/lactose+ biscoito doce integral s/lactose	CHO	128,78
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 + pêsseira	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	41,30
	13/fev	14/fev	15/fev	16/fev	17/fev	LIP	36,07
	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL						9
DESJEJUM	Suco de abacaxi natural+ pão s/lactose+ com ovo + melancia	Café com leite s/lactose + biscoito salgado integral s/lactose + pêsseira	Suco integral uva, sanduíche de pão fatiado s/lactose+ queijo s/lactose + tomate+ alface	Vitamina de frutas (banana+mamão) c/leite s/lactose+ biscoito doce integral s/lactose	Leite s/lactose com maçã+Bolo cenoura sem cobertura s/lactose	KCAL	904,63
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 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, salada repolho + manga	PTN	39,74
	20/fev	21/fev	22/fev	23/fev	24/fev	LIP	27,68
	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL						9
DESJEJUM	RECESSO	FERIADO	FERIADO		Suco integral de uva, pão s/lactose com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo de laranja s/lactose	KCAL	1191,88
ALMOÇO	RECESSO	FERIADO	FERIADO		Arroz integral, feijão carioca, Carne moída ao molho, Polenta, salada de pepino c/tomate + laranja	CHO	171,00
					Arroz, feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de acelga c/cenoura + goiaba	PTN	42,80
						LIP	41,39
	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL						9
	27/fev	28/fev	01/mar	02/mar	03/mar	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM	Chá com leite s/lactose + pão s/lactose + manteiga s/lactose+ maçã	Suco integral de maçã+ bolo de fubá s/lactose + melão				KCAL	862,16
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				CHO	124,78
						PTN	34,98
						LIP	38,82
							9

PM

OE

B.C.L.S.

Bruna F. Kosciuski

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

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente  
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIAO  
Nº2121

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

Lidiane Correia Costa Stofella  
CRN 8º REGIAO 6303 Coordenadora  
Operacional

Nutricionista Controler  
CRNS 151.80P