

CARDÁPIO **PERÍODO PARCIAL**

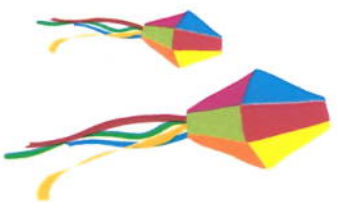
Cleuvis K. Domingos Bernardes

16 a 18 anos

Junho / 2023

	SEGUNDA-FEIRA 05/06/2023	TERÇA-FEIRA 06/06/2023	QUARTA-FEIRA 07/06/2023	QUINTA-FEIRA 08/06/2023	SEXTA-FEIRA 09/06/2023
LANCHE 20H45	300g de Macarronada (160g de macarrão parafuso cozido com 55g de carne moída, 25g cenoura ralada e 60g molho de tomate)	280g de estrogonofe de frango (115g de frango em cubos com 140g de molho Bechamel e 25g extrato Atômato) + 380g de arroz branco + 1 unidade média de banana (100g)	Pão com carne moída bovina (1 unidade de pão francês (50g), 35g carne moída bovina, 15g de cenoura e 20g molho de tomate) + 1 unidade média de maçã (100g)	FERIADO	290g Arroz com carne moída e cenoura (200g arroz branco com 80g de carne moída e 10g cenoura) + 140g de feijão carioca

A COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL NÃO FOI CALCULADA.
PARA O CÁLCULO É NECESSÁRIO UMA SEMANA COMPLETA.



Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia e por escrito do nutricionista responsável
Nutricionista: Cleuvis Ramos Domingos Bernardes, CRN - 3 58793



CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL

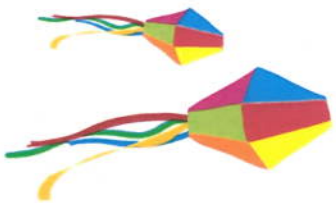
Cláudio R. Domingos Bonaval

16 a 18 anos

Junho / 2023

	SEGUNDA-FEIRA 12/06/2023	TERÇA-FEIRA 13/06/2023	QUARTA-FEIRA 14/06/2023	QUINTA-FEIRA 15/06/2023	SEXTA-FEIRA 16/06/2023
LANCHE 20H45	300g de Macarronada (160g de macarrão parafuso cozido com 55g de carne moída, 25g cenoura ralada e 60g molho de tomate)	290g de Galinhada (200g arroz branco com 90g frango em cubos com cenoura) + 140g de feijão carioca + 1 unidade média de banana (100g)	Pão com carne moída bovina (1 unidade de pão francês (50g), 35g carne moída bovina, 15g de cenoura e 20g molho de tomate) + 1 unidade média de maçã (100g)	305g de Sopa de macarrão com carne e legumes (120g de macarrão parafuso com 55g de carne moída, 25g de batata, 25g de cenoura e 80g de caldo de feijão carioca batido) + 1 unidade média de banana (100g)	290g Arroz com carne moída e cenoura (200g arroz branco com 80g de carne moída e 10g cenoura) + 140g de feijão carioca

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)					
ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATO (g) (55 a 65% do VET)	PROTEÍNA (g) (10 a 15% do VET)	LIPÍDEO (g) (25 a 35% do VET)	SÓDIO (mg)	
901,2 kcal	130,3 g	57,6 %	35,7 g	27,1 g	27,4 %
					871 mg



Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia e por escrito do nutricionista responsável

Nutricionista: Cleunice Ramos Domingos Bernardes, CRN - 3 58793



CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL

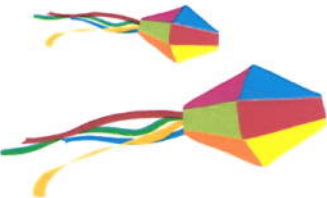
Elaine K. Domingos Bernardes

16 a 18 anos

Junho / 2023

	SEGUNDA-FEIRA 19/06/2023	TERÇA-FEIRA 20/06/2023	QUARTA-FEIRA 21/06/2023	QUINTA-FEIRA 22/06/2023	SEXTA-FEIRA 23/06/2023
N O I T E					
LANCHE 20H45	300g de Macarronada (160g de macarrão parafuso cozido com 55g de carne moída, 25g cenoura ralada e 60g molho de tomate)	290g de Galinhada (200g arroz branco com 90g frango em cubos com cenoura) + 140g de feijão carioca + 1 unidade média de banana (100g)	Pão com carne moída bovina (1 unidade de pão francês (50g), 35g carne moída bovina, 15g de cenoura e 20g molho de tomate) + 1 unidade média de maçã (100g)	315g Canja de frango com legumes (200g arroz branco com 25g de cenoura, 25g de batata e 65g frango em cubos) + 1 unidade média de banana (100g)	290g Arroz com carne moída e cenoura (200g arroz branco com 80g de carne moída e 10g cenoura) + 140g de feijão carioca

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)						
ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATO (g) (55 a 65% do VET)	PROTEÍNA (g) (10 a 15% do VET)	LÍPIDEO (g) (25 a 35% do VET)	SÓDIO (mg)		
889,9 kcal	130,2 g	58,3 %	35 g	15,7%	26 g	26,7 %
						872 mg



Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia e por escrito do nutricionista responsável
Nutricionista: Cleane Ramos Domingos Bernardes, CRN - 3 58793



CARDÁPIO

PERÍODO PARCIAL

16 a 18 anos

Junho / 2023

Cláudio K. Domingos Bernardes

	SEGUNDA-FEIRA 26/06/2023	TERÇA-FEIRA 27/06/2023	QUARTA-FEIRA 28/06/2023	QUINTA-FEIRA 29/06/2023	SEXTA-FEIRA 30/06/2023
N O I T E	300g de Macarronada (160g de macarrão parafuso cozido com 55g de carne moída, 25g cenoura ralada e 60g molho de tomate)	290g de Galinhada (200g arroz branco com 90g frango em cubos com cenoura) + 140g de feijão carioca + 1 unidade média de banana (100g)	Pão com carne moída bovina (1 unidade de pão francês (50g), 35g carne moída bovina, 15g de cenoura e 20g molho de tomate) + 1 unidade média de maçã (100g)	115g de purê de batata com carne moída (70g de purê de batata com 30g de carne moída e 15g de molho de tomate) + 200g de arroz com cenoura + 1 unidade média de banana (100g)	120g de arroz doce (60g arroz branco com 40ml de leite e 20g de açúcar caramelizado) + Pipoca (20g de milho de pipoca + 5ml de óleo de soja)

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)							
ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATO (g) (55 a 65% do VET)		PROTEÍNA (g) (10 a 15% do VET)		LÍPÍDEO (g) (25 a 35% do VET)		SÓDIO (mg)
877,7 kcal	134,6 g	61,1 %	29,3 g	13,3 %	25,8 g	26,7 %	869,8 mg



Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia e por escrito do nutricionista responsável
Nutricionista: Cleunice Ramos Domingos Bernardes, CRN - 3 58793

