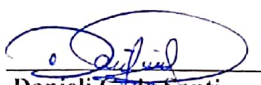


Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
31/10/2022	01/11/2022	02/11/2022	03/11/2022	04/11/2022
Arroz, Feijão, Ovos cozidos - abobrinha, chuchu Energia: 329,56 kcal	Macarrão com carne moída Suco de maracujá Energia: 329,69 kcal	Feriado	Arroz Feijão Lingüiça assada Maçã Energia: 329,27 kcal	Arroz Feijão Frango ao molho Salada de repolho Energia: 329,81 kcal
Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos	329,58	54	16	4,4
Média Semanal 11-15 e EJA	473,97	83	21	5

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
07/11/2022	08/11/2022	09/11/2022	10/11/2022	11/11/2022
Arroz Feijão Omelete Salada Energia: 329,56 kcal	Arroz Feijão Farofa com lingüiça Salada de alface Energia: 329,49 kcal	Sopa de macarrão com carne moída e legumes Energia: 329,28 kcal	Galinhada Salada Energia: 329,13 kcal	Arroz Feijão Filé de Tilápia ao molho com batata Energia: 329,23 kcal
Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos	329,33	55	15	5
Média Semanal 11-15 e EJA	473,48	83	20	6

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
14/11/2022	15/11/2022	16/11/2022	17/11/2022	18/11/2022
Recesso	Feriado	Arroz Feijão Ovos cozidos Salada Energia: 329,56 kcal	Arroz Feijão Carne moída Salada de Alface Energia: 329,34 kcal	Arroz Feijão Carne ao molho Melão Energia: 329,27 kcal
Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos	329,39	55	17	4
Média Semanal 11-15 e EJA	473,31	85	21	5

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
21/11/2022	22/11/2022	23/11/2022	24/11/2022	25/11/2022
Arroz, Feijão, Ovos cozidos - abobrinha, cenoura Energia: 329,56 kcal	Sopa de macarrão com carne moída e legumes Energia: 329,28 kcal	Arroz Feijão Lingüiça assada Maçã Energia: 329,27 kcal	Arroz Feijão Frango ao molho Fruta/suco Energia: 329,15 kcal	Arroz Feijão Picadinho de carne com legumes Energia: 329,80 kcal
Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos	329,41	54	16	4,4
Média Semanal 11-15 e EJA	473,97	83	21	5


Danieli C. de Santi
 Nutricionista - RT
 CRN8. 7407

