

ESCOLA ENSINO ESPECIAL APAE – CARDÁPIO AGOSTO/2026

OBESIDADE

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Café com leite desnatado e adoçante + sanduíche de pão integral + queijo light + lornale + alicafe	Leite desnatado e adoçante com cacau (100%) + biscoito salgado/doce integral diet + mamão	Café com leite desnatado e adoçante + pão integral com ovo + melancia	Logure de morango desnatado diet + salada de frutas (banana, maçã e morango) com aveia	Café com leite desnatado e adoçante + bolo diet	KCAL 843	Kcal 843
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Aroz integral, Feijão caroca, Frango assado (sobrecoca) + purê de batata + maçã	Aroz integral, Feijão preto, Barrado, farofa de banana da terra + salada lornale e cebola + laranja	Aroz colorido, Feijão caroca, Peixe ao molho, Pão do molho de peixe, salada de alicafe	Aroz integral, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de alicafe + banana	Aroz integral, Feijão caroca, Sobrecoca ao molho com cenoura, salada de brócolis + pontkan	CHO 132	CHO 132
Lanche 13:20H/13:40 HORAS	Café com leite desnatado e adoçante + sanduíche de pão integral + queijo light + lornale + alicafe	Leite desnatado e adoçante com cacau (100%) + biscoito salgado/doce integral diet + mamão	Café com leite desnatado e adoçante + pão integral com ovo + melancia	Logure de morango desnatado diet + salada de frutas (banana, maçã e morango) com aveia	Café com leite desnatado e adoçante + bolo diet	PTN 25	PTN 25
MERENDA TARDE 15:30 HORAS	Aroz integral, Feijão caroca, Frango assado (sobrecoca) + purê de batata + maçã	Aroz colorido, Feijão preto, Barrado, farofa de banana da terra + salada lornale e cebola + laranja	Aroz integral, Feijão caroca, Peixe ao molho, Pão do molho de peixe, salada de alicafe	Aroz integral, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de alicafe + banana	Aroz integral, Feijão caroca, Sobrecoca ao molho com cenoura, salada de brócolis + pontkan	LIP 20	LIP 20
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Leite desnatado e adoçante com cacau (100%) + pão integral com margarina light + pontkan	Café com leite desnatado e adoçante + biscoito doce integral diet + banana	Leite desnatado e adoçante com cacau (100%) + sanduíche de pão integral + queijo light + lornale + alicafe	Café com leite desnatado e adoçante + pão de queijo vegano	Leite desnatado e adoçante com cacau (100%) + pão integral com patê de frango com requêijo light + mamão	KCAL 874	Kcal 874
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Aroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alicafe + maçã	Aroz integral, Feijão caroca, Frango (sossam) grelhado, salada de alicafe + melancia	Aroz colorido, Feijão preto, Almondegas bovina ao suco, salada de repolho com lornale + melão	Aroz integral, Feijão caroca, Frango ao molho, Jardineira de legumes (batata, brócolis e cenoura) + mamão	Aroz integral, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho com mandioca + salada de alicafe + laranja	CHO 132	CHO 132
Lanche 13:20H/13:40 HORAS	Leite desnatado e adoçante com cacau (100%) + pão integral com margarina light + pontkan	Café com leite desnatado e adoçante + biscoito doce integral diet + banana	Leite desnatado e adoçante com cacau (100%) + sanduíche de pão integral + queijo light + lornale + alicafe	Café com leite desnatado e adoçante + pão de queijo vegano	Leite desnatado e adoçante com cacau (100%) + pão integral com patê de frango com requêijo light + mamão	PTN 26	PTN 26
MERENDA TARDE 15:30 HORAS	Aroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alicafe + maçã	Aroz integral, Feijão caroca, Frango (sossam) grelhado, salada de alicafe + melancia	Aroz colorido, Feijão preto, Almondegas bovina ao suco, salada de repolho com lornale + melão	Aroz integral, Feijão caroca, Frango ao molho, Jardineira de legumes (batata, brócolis e cenoura) + mamão	Aroz integral, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho com mandioca + salada de alicafe + laranja	LIP 19	LIP 19
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Logure de morango desnatado diet + biscoito doce integral diet + banana	Leite desnatado e adoçante com cacau (100%) + pão integral com requêijo light	Café com leite desnatado e adoçante + bolo diet	Leite desnatado e adoçante com cacau (100%) + Barru de forno com pão integral e queijo light + mamão	Café com leite desnatado e adoçante + pão integral com queijo light/margarina light	KCAL 856	Kcal 856
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Aroz integral, Feijão caroca, Frango (sossam) ao molho, salada de alicafe + pontkan	Aroz integral, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batata, salada de brócolis + melancia	Aroz integral, Feijão caroca, Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho) + salada de lornale + banana	Aroz integral, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho, pilão de carne, salada batata + maçã	Aroz integral, Feijão caroca, Ovos mexidos + Abobora refogada + melão	CHO 135	CHO 135
Lanche 13:20H/13:40 HORAS	Logure de morango desnatado diet + biscoito doce integral diet + banana	Leite desnatado e adoçante com cacau (100%) + pão integral com requêijo light	Café com leite desnatado e adoçante + bolo diet	Leite desnatado e adoçante com cacau (100%) + Barru de forno com pão integral e queijo light + mamão	Café com leite desnatado e adoçante + pão integral com queijo light/margarina light	PTN 25	PTN 25
MERENDA TARDE 15:30 HORAS	Aroz integral, Feijão caroca, Frango (sossam) ao molho, salada de alicafe + pontkan	Aroz integral, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batata, salada de brócolis + melancia	Aroz integral, Feijão caroca, Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho) + salada de lornale + banana	Aroz integral, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho, pilão de carne, salada batata + maçã	Aroz integral, Feijão caroca, Ovos mexidos + Abobora refogada + melão	LIP 15	LIP 15

ESCOLA APAE

Observação: Adoçante Sucralose ou Stevia, Margarina, requêijo e queijo light. Sem suco integral de uva

ALUNO

Patricia dos Santos Alves Garcia

Ligia Mariana Toledo Faria Vicente

Camille Consantino de Carvalho

Letícia Cristina Dias Batista
CRN 7.493

Letícia de Souza Almeida
CRN 15544

Matr. Funcional nº 7891 / CRN nº REGIÃO N°1281

Matr. Funcional nº 1148 / CRN nº REGIÃO N°1221

Matr. Funcional nº 7894 / CRN nº REGIÃO N°1102

Letícia Cristina Dias Batista
CRN 7.493

Letícia de Souza Almeida
CRN 15544

ESCOLA ENSINO ESPECIAL APAE – CARDÁPIO AGOSTO/2026

OBESIDADE									
	SEGUNDA 24/8/2026	TERÇA 25/8/2026	QUARTA 26/8/2026	QUINTA 27/8/2026	SEXTA 28/8/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Leite desnatado e adoçante com cacau (100%) + pão integral com requeijo light	Café com leite desnatado e adoçante + bolo diet + melão	Leite desnatado e adoçante com cacau (100%) + pão integral + margarina light	Café com leite desnatado e adoçante + biscoito salgado/doce integral diet + banana	Suco de morango com adoçante + Pão integral com carne moída ao molho, alface, cenoura ralada + bolo diet	KCAL 821	Kcal	KCAL 821	Kcal
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Arroz integral, Feijão com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + farofa	Arroz integral, Feijão caroca, Frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de tomate + mamão	Arroz integral, Feijão preto, Boinho de carne ao molho, salada de açaie + maçã	Arroz colorido, Feijão caroca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Macarrão integral + Frango ao molho desfiado + salada de beterraba + melancia	CHO 115	g	CHO 115	g
Lanche 13:20H/13:40 HORAS	Leite desnatado e adoçante com cacau (100%) + pão integral com requeijo light	Café com leite desnatado e adoçante + bolo diet + melão	Leite desnatado e adoçante com cacau (100%) + pão integral + margarina light	Café com leite desnatado e adoçante + biscoito salgado/doce integral diet + banana	Suco de morango com adoçante + Pão integral com carne moída ao molho, alface, cenoura ralada + bolo diet	PTN 20	g	PTN 20	g
MERENDA TARDE 15:30 HORAS	Arroz integral, Feijão com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + farofa	Arroz integral, Feijão caroca, Frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de tomate + mamão	Arroz integral, Feijão preto, Boinho de carne ao molho, salada de açaie + maçã	Arroz colorido, Feijão caroca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Macarrão integral + Frango ao molho desfiado + salada de beterraba + melancia	LIP 17	g	LIP 17	g
	SEGUNDA 31/8/2026					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Café com leite desnatado e adoçante + sanduíche de pão integral + queijo light + tomate + alface	Observação: Adoçante Sucralose ou Stevia, Margarina, requeijo e queijo light. Sem suco integral de uva				KCAL 770	Kcal	KCAL 770	Kcal
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Arroz integral, Feijão caroca, Omelete assado + legumes refogados (chuchu e cenoura) + melão					CHO 124	g	CHO 124	g
Lanche 13:20H/13:40 HORAS	Café com leite desnatado e adoçante + sanduíche de pão integral + queijo light + tomate + alface					PTN 24	g	PTN 24	g
MERENDA TARDE 15:30 HORAS	Arroz integral, Feijão caroca, Omelete assado + legumes refogados (chuchu e cenoura) + melão					LIP 21	g	LIP 21	g
ESCOLA APAE						ALUNO			

Patricia dos Santos Alves Garcia
Matr. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO N°781

Ligia Maria Vilela Faria Vicente
Matr. Funcional nº 1146 CRN 8º REGIÃO N°2321

Carmel Consistino de Carvalho
Matr. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO N°1102

Uliana de Jesus
Matr. Funcional nº 7895 CRN 8º REGIÃO N°1103
Coordenadora Operacional

Uliana de Jesus
Matr. Funcional nº 7895 CRN 8º REGIÃO N°1103
Coordenadora Operacional