



ESCOLA ENSINO ESPECIAL APAE – CARDÁPIO AGOSTO/2026



SEMI LACTOSE

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	3/8/2026	4/8/2026	5/8/2026	6/8/2026	7/8/2026				
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Café com leite sem lactose + sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alicafe	Leite sem lactose com cacau (100%) + biscoito saguado/doce integral sem lactose + mamão	Café com leite sem lactose + pão sem lactose com ovo + melancia	Iogurte de morango sem lactose + salada de frutas (banana, maçã e morango) com aveia sem lactose	Café com leite sem lactose + bolo de laranja (Bolo padrão sem lactose)	KCAL	841	KCAL	841
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Aroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + batata refogada + maçã	Aroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Aroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Prato do molho de peixe, salada de alicafe	Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de alicafe + banana	Aroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + portêan	CHO	126	CHO	126
Lanche 13:20H/13:40 HORAS	Café com leite sem lactose + sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alicafe	Leite sem lactose com cacau (100%) + biscoito saguado/doce integral sem lactose + mamão	Café com leite sem lactose + pão sem lactose com ovo + melancia	Iogurte de morango sem lactose + salada de frutas (banana, maçã e morango) com aveia sem lactose	Café com leite sem lactose + bolo de laranja (Bolo padrão sem lactose)	PTN	25	PTN	25
MERENDA TARDE 15:30 HORAS	Aroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + batata refogada + maçã	Aroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Aroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Prato do molho de peixe, salada de alicafe	Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de alicafe + banana	Aroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + portêan	LIP	20	LIP	20
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	10/8/2026	11/8/2026	12/8/2026	13/8/2026	14/8/2026				
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão sem lactose com manteiga sem lactose + portêan	Café com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose + banana	Leite sem lactose com cacau (100%) + sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alicafe	Café com leite sem lactose + pão de queijo vegano	Café com leite sem lactose + pão de queijo sem lactose com patê de frango com queijo sem lactose + mamão	KCAL	865	KCAL	865
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Aroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alicafe + maçã	Aroz, Feijão carioca, Frango (salsami) grelhado, salada de acelga + melancia	Aroz colorido, Feijão preto, Almondreagas bovina ao suco, salada de repolho com tomate + melão	Aroz, Feijão carioca, Frango ao molho, Jardim de legumes (batata, brócolis e cenoura) + mamão	Aroz, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho com mandioca + salada de alicafe + laranja	CHO	121	CHO	121
Lanche 13:20H/13:40 HORAS	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão sem lactose com manteiga sem lactose + portêan	Café com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose + banana	Leite sem lactose com cacau (100%) + sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alicafe	Café com leite sem lactose + pão de queijo vegano	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão sem lactose com patê de frango com queijo sem lactose + mamão	PTN	26	PTN	26
MERENDA TARDE 15:30 HORAS	Aroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alicafe + maçã	Aroz, Feijão carioca, Frango (salsami) grelhado, salada de acelga + melancia	Aroz colorido, Feijão preto, Almondreagas bovina ao suco, salada de repolho com tomate + melão	Aroz, Feijão carioca, Frango ao molho, Jardim de legumes (batata, brócolis e cenoura) + mamão	Aroz, 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	
	17/8/2026	18/8/2026	19/8/2026	20/8/2026	21/8/2026				
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Iogurte de morango sem lactose + biscoito doce integral sem lactose + banana	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão sem lactose com queijo sem lactose	Café com leite sem lactose + Bolo cenoura sem cobertura (Bolo padrão sem lactose)	Leite sem lactose com cacau (100%) + bauri de forno com pão sem lactose e queijo sem lactose + mamão	Café com leite sem lactose + pão de cenoura sem lactose com queijo sem lactose/margarina sem lactose	KCAL	851	KCAL	851
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Aroz integral, Feijão carioca, Frango (salsami) ao molho, salada de alicafe + portêan	Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, batata refogada, salada de brócolis + melancia	Aroz, Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho) + salada de tomate + banana	Aroz, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho, prato de carne, salada baterrata + maçã	Aroz, Feijão carioca, Ovos mexidos + Abóbora refogada + melão	CHO	135	CHO	135
Lanche 13:20H/13:40 HORAS	Iogurte de morango sem lactose + biscoito doce integral sem lactose + banana	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão sem lactose com queijo sem lactose	Café com leite sem lactose + Bolo cenoura sem cobertura (Bolo padrão sem lactose)	Leite sem lactose com cacau (100%) + bauri de forno com pão sem lactose e queijo sem lactose + mamão	Café com leite sem lactose + pão de cenoura sem lactose com queijo sem lactose/margarina sem lactose	PTN	25	PTN	25
MERENDA TARDE 15:30 HORAS	Aroz integral, Feijão carioca, Frango (salsami) ao molho, salada de alicafe + portêan	Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, batata refogada, salada de brócolis + melancia	Aroz, Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho) + salada de tomate + banana	Aroz, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho, prato de carne, salada baterrata + maçã	Aroz, Feijão carioca, Ovos mexidos + Abóbora refogada + melão	LIP	17	LIP	17

Observações: Pães, Biscoitos, Bolos, Fritinhas, Cereais (aveia) sem traços de lactose. Utilizar leite sem lactose. Laticínios sem lactose.

ESCOLA APAE

ALUNO

Patricia dos Santos Alves Garcia
Matr. Funcional nº 7893 (RN nº RJ-GD-0 N°7321)

Ligia Mariana Toledo Pavia Viscari
Matr. Funcional nº 1148 (RN nº RJ-GD-0 N°7321)

Camille Consuelino de Carvalho
Matr. Funcional nº 7894 (RN nº RJ-GD-0 N°7102)

Luzia Maria de Jesus
Diretora Geral
CNPJ nº 06.908.000/0001-00

Luzia Maria de Jesus
Diretora Geral
CNPJ nº 06.908.000/0001-00



ESCOLA ENSINO ESPECIAL APAE – CARDÁPIO AGOSTO/2026



SEM LACTOSE									
	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 TARDE	
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão sem lactose com queijo sem lactose	Café com leite sem lactose + bolo de fubá (Bolo padrão sem lactose) + melão	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão de milho sem lactose + mandioca sem lactose	Café com leite sem lactose + biscoito salgado/doce integral sem lactose + banana	Suco de uva integral + Pão sem lactose com carne moída ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura (Bolo padrão sem lactose)	KCAL 813	Kcal	KCAL 813	Kcal
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Aroz, Feijola com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + laranja	Aroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de tomate + mamão	Aroz, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho, salada de açaíça + maçã	Aroz cozido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pão do molho de peixe, salada de alface	Macarrão parafuso + Frango ao molho desfiado + salada de beterraba + melancia	CHO 113	9	CHO 113	9
Lanche 13:20H/13:40 HORAS	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão sem lactose com queijo sem lactose	Café com leite sem lactose + bolo de fubá (Bolo padrão sem lactose) + melão	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão de milho sem lactose + mandioca sem lactose	Café com leite sem lactose + biscoito salgado/doce integral sem lactose + banana	Suco de uva integral + Pão sem lactose com carne moída ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura (Bolo padrão sem lactose)	PTN 22	9	PTN 22	9
MERENDA TARDE 15:30 HORAS	Aroz, Feijola com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + laranja	Aroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de tomate + mamão	Aroz, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho, salada de açaíça + maçã	Aroz cozido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pão do molho de peixe, salada de alface	Macarrão parafuso + Frango ao molho desfiado + salada de beterraba + melancia	LIP 14	9	LIP 14	9
SEGUNDA 31/8/2026						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Café com leite sem lactose + sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alface					KCAL 703	Kcal	KCAL 703	Kcal
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Aroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (chuchu e cenoura) + melão					CHO 115	9	CHO 115	9
Lanche 13:20H/13:40 HORAS	Café com leite sem lactose + sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alface					PTN 27	9	PTN 27	9
MERENDA TARDE 15:30 HORAS	Aroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (chuchu e cenoura) + melão					LIP 14	9	LIP 14	9
Observações: Pães, Biscoitos, Bolos, Farinhas, Cereais (aveia) sem traços de lactose. Utilizar leite sem lactose. Laticínios sem lactose.									
ESCOLA APAE									
ALUNO									

Patricia dos Santos Alves Garcia
Mat. Funcional nº 7893 CRN 8 REGIÃO N-7181

Ligia Mello
Mat. Funcional nº 1149 CRN 8 REGIÃO N-7211

Carmel Constantino de Carvalho
Mat. Funcional nº 7894 CRN 8 REGIÃO N-7102

28/8/2026
Liliane Gomes Costa-Albuquerque
CRN 8 REGIÃO N-7102
Coordenadora de Alimentação

28/8/2026
Liliane Gomes Costa-Albuquerque
CRN 13664
Coordenadora de Alimentação