

SEM OVOS

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
					KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
23/2/2026	3/3/2026	4/3/2026	5/3/2026	6/3/2026	697	9	367	9
Suco integral de uva, sanduiche de pão sem ovo + queijo + tomate + alicace	Café com leite + bolo sem ovo	Vitaminas de frutas (banana + morango) + biscoito doce integral sem ovo	Suco de maracujá + pão sem ovo com requeijão	Chá com leite + biscoito doce/salgado integral sem ovo + banana	CHO	105	CHO	70
MERENDA MANHÃ 10h	MERENDA MANHÃ 10h	MERENDA MANHÃ 10h	MERENDA MANHÃ 10h	MERENDA MANHÃ 10h	PTN	23	PTN	12
Arroz integral, Feijão carioca, Frango (salsami) ao molho, salada de alicace + melão	Arroz, Feijão preto, Carne moída refogada + abóbora refogada + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de pepino com tomate + mamão	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batata + salada de brócolis + melancia	Arroz + Feijão carioca + Frango (salsami) grelhado + salada de alicace + maçã	LIP	21	LIP	9
SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
9/3/2026	10/3/2026	11/3/2026	12/3/2026	13/3/2026	679	9	350	9
Suco de abacaxi natural + pão sem ovo com frango desfiado ao molho + manga	Leite com morango + bolo sem ovo	Suco de péssago integral + pão sem ovo com patê de frango com requeijão + banana	logure de morango + salada de frutas (kiwi, maçã e manga) com aveia sem ovo	Café com leite + biscoito doce/salgado integral sem ovo + melão	KCAL	679	KCAL	350
MERENDA MANHÃ 10h	MERENDA MANHÃ 10h	MERENDA MANHÃ 10h	MERENDA MANHÃ 10h	MERENDA MANHÃ 10h	CHO	98	CHO	60
Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango grelhado + legumes refogados (abóbora e chuchu) + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho + salada repolho + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango (salsami) ao molho + salada de alicace + melão	Macarrão sem ovo com molho de carne moída + salada de beterraba + péra	PTN	23	PTN	9
SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	LIP	22	LIP	8
16/3/2026	17/3/2026	18/3/2026	19/3/2026	20/3/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Vitaminas de frutas (banana + abacate) + biscoito doce integral sem ovo	Suco de manga + bolo sem ovo + melão	Suco integral de uva, sanduiche de pão sem ovo + queijo + tomate + alicace	Leite com banana + biscoito de polvilho sem ovo	Café com leite + pão sem ovo + queijomargarina	KCAL	679	KCAL	350
MERENDA MANHÃ 10h	MERENDA MANHÃ 10h	MERENDA MANHÃ 10h	MERENDA MANHÃ 10h	MERENDA MANHÃ 10h	CHO	106	CHO	60
Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (chuchu + cenoura) + manga	Arroz, Feijão preto + Carne moída ao molho + salada alicace + melancia	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alicace	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + maçã	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoca ao molho com cenoura, salada de brócolis + goiaba	PTN	26	PTN	9
SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	LIP	17	LIP	8
23/3/2026	24/3/2026	25/3/2026	26/3/2026	27/3/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Chá com leite + pão sem ovo + manteiga	Suco de péssago integral + Bauri de forno com pão sem ovo + queijo + banana	Café com leite + pão de queijo vegano	logure de morango + biscoito doce integral sem ovo + banana	Chá com leite + biscoito salgado integral sem ovo + melancia	KCAL	710	KCAL	444
MERENDA MANHÃ 10h	MERENDA MANHÃ 10h	MERENDA MANHÃ 10h	MERENDA MANHÃ 10h	MERENDA MANHÃ 10h	CHO	121	CHO	70
Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho + jardineira de legumes (abobrinha + brócolis + cenoura) + péra	Arroz, Feijão com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoca) + purê de batatas + melão	Arroz, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho com mandioca + salada de alicace + maçã	Suco de maracujá + pão sem ovo com carne moída ao molho, alicace, cenoura ralada + bolo sem ovo	PTN	23	PTN	17
SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	LIP	15	LIP	11
30/3/2026	31/3/2026				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Leite com cacau 70% + pão fatiado integral com requeijão	Café com leite + biscoito polvilho + banana				KCAL	620	KCAL	526
MERENDA MANHÃ 10h	MERENDA MANHÃ 10h				CHO	49	CHO	86
Arroz, Feijão carioca, Frango (salsami) grelhado + salada de alicace + melancia	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alicace				PTN	12	PTN	21
MERENDA TARDE 15h					LIP	9	LIP	12

Observações: Período Integral, Pães, Biscoitos, Bolos, Farinhas, Cereais (aveia) sem traços de ovos.

ESCOLA - MANHÃ

APAE

ALUNO

ISADORA ARAÚJO

Patricia dos Santos Alves Garcia

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente

Camile Consorcio de Carvalho

Matr Funcional nº 7893 CRN 8 REGIÃO N°1781

Matr Funcional nº 11146 CRN 8 REGIÃO N°2321

Matr Funcional nº 7894 CRN 8 REGIÃO N°1102

Leiliane Costa Costa Baidella
CRN 34305
Coordenadora Operacional

Laís de Souza M. Adolpho
Rita de Cássia
CRN 15644