



# ESCOLA ENSINO ESPECIAL APAE – CARDÁPIO OUTUBRO/2026

| MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ |  |  |                                                                                      |  |  |                                                                                             |  |  |                                                                                                                                     |  | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE |      |     |      |      |     |      |
|---------------------------------------|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------|------|-----|------|------|-----|------|
| QUINTA                                |  |  |                                                                                      |  |  |                                                                                             |  |  |                                                                                                                                     |  | SEXTA                                 |      |     |      |      |     |      |
| 11/10/2026                            |  |  |                                                                                      |  |  |                                                                                             |  |  |                                                                                                                                     |  | 21/10/2026                            |      |     |      |      |     |      |
| Desjejum 7:20H/7:40 HORAS             |  |  |                                                                                      |  |  | Suco integral uva, sanduíche de pão fatiado + queijo + tomate + alicia                      |  |  | Lente com banana + biscoito de polvilho + manga                                                                                     |  |                                       | KCAL | 851 | Kcal | KCAL | 851 | Kcal |
| MERENDA MANHÃ 10 HORAS                |  |  |                                                                                      |  |  | Arroz, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho com mandioca + salada de alicia + melancia |  |  | Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (brócolis e cenoura) + salada de tomate + mamão                                  |  |                                       | CHO  | 135 | g    | CHO  | 135 | g    |
| Lanche 13:20H/13:40 HORAS             |  |  |                                                                                      |  |  | Suco integral uva, sanduíche de pão fatiado + queijo + tomate + alicia                      |  |  | Lente com banana + biscoito de polvilho + manga                                                                                     |  |                                       | PTN  | 27  | g    | PTN  | 27  | g    |
| MERENDA TARDE 15:30 HORAS             |  |  |                                                                                      |  |  | Arroz, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho com mandioca + salada de alicia + melancia |  |  | Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (brócolis e cenoura) + salada de tomate + mamão                                  |  |                                       | LIP  | 21  | g    | LIP  | 21  | g    |
| QUARTA                                |  |  |                                                                                      |  |  |                                                                                             |  |  |                                                                                                                                     |  | SEXTA                                 |      |     |      |      |     |      |
| 7/10/2026                             |  |  |                                                                                      |  |  |                                                                                             |  |  |                                                                                                                                     |  | 9/10/2026                             |      |     |      |      |     |      |
| Desjejum 7:20H/7:40 HORAS             |  |  | Lente com cacau (70%) + biscoito doce/salgado integral + laranja                     |  |  | Suco de abacaxi natural + pão com ovo + melão                                               |  |  | Suco de uva integral + Pão de leite com carne moída, alicia, cenoura ralada + pipoca + bolo de chocolate com cobertura de cacau 70% |  |                                       | KCAL | 808 | Kcal | KCAL | 808 | Kcal |
| MERENDA MANHÃ 10 HORAS                |  |  | Arroz, Feijão preto, Onetele assado + legumes refogados (abobrinha e cenoura) + maçã |  |  | Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho, polenta + salada de beterraba + melancia       |  |  | Macarrão parafuso + Frango ao molho desidratado + salada de vagem + manga                                                           |  |                                       | CHO  | 136 | g    | CHO  | 136 | g    |
| Lanche 13:20H/13:40 HORAS             |  |  | Leite com cacau (70%) + biscoito doce/salgado integral + laranja                     |  |  | Suco de abacaxi natural + pão com ovo + melão                                               |  |  | Suco de uva integral + Pão de leite com carne moída, alicia, cenoura ralada + pipoca + bolo de chocolate com cobertura de cacau 70% |  |                                       | PTN  | 29  | g    | PTN  | 29  | g    |
| MERENDA TARDE 15:30 HORAS             |  |  | Arroz, Feijão preto, Onetele assado + legumes refogados (abobrinha e cenoura) + maçã |  |  | Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho, polenta + salada de beterraba + melancia       |  |  | Macarrão parafuso + Frango ao molho desidratado + salada de vagem + manga                                                           |  |                                       | LIP  | 20  | g    | LIP  | 20  | g    |
| TERÇA                                 |  |  |                                                                                      |  |  |                                                                                             |  |  |                                                                                                                                     |  | SEXTA                                 |      |     |      |      |     |      |
| 6/10/2026                             |  |  |                                                                                      |  |  |                                                                                             |  |  |                                                                                                                                     |  | 15/10/2026                            |      |     |      |      |     |      |
| Desjejum 7:20H/7:40 HORAS             |  |  |                                                                                      |  |  | Café com leite + pão de cenoura com manteiga                                                |  |  | Iogurte de morango + salada de frutas (banana, mamão, morango) com aveia                                                            |  |                                       | KCAL | 862 | Kcal | KCAL | 862 | Kcal |
| MERENDA MANHÃ 10 HORAS                |  |  |                                                                                      |  |  | Arroz, Feijão carioca, Frango (salsami) ao molho, salada de alicia + melão                  |  |  | Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (cenoura, batata e brócolis) + melancia                               |  |                                       | CHO  | 139 | g    | CHO  | 139 | g    |
| Lanche 13:20H/13:40 HORAS             |  |  |                                                                                      |  |  | Café com leite + pão de cenoura com manteiga                                                |  |  | Iogurte de morango + salada de frutas (banana, mamão, morango) com aveia                                                            |  |                                       | PTN  | 27  | g    | PTN  | 27  | g    |
| MERENDA TARDE 15:30 HORAS             |  |  |                                                                                      |  |  | Arroz, Feijão carioca, Frango (salsami) ao molho, salada de alicia + melão                  |  |  | Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (cenoura, batata e brócolis) + melancia                               |  |                                       | LIP  | 19  | g    | LIP  | 19  | g    |
| Observações:                          |  |  |                                                                                      |  |  |                                                                                             |  |  |                                                                                                                                     |  | ALUNO                                 |      |     |      |      |     |      |
| ESCOLA APAE                           |  |  |                                                                                      |  |  |                                                                                             |  |  |                                                                                                                                     |  |                                       |      |     |      |      |     |      |

Observações:

ESCOLA APAE

ALUNO

Participa dos Simpos Alunos Caruaru

Lugar Aluno: Lúcia Faria Viscari

Cumulo: Conselho de Caruaru

Mat. Funcional nº 7891 CEN 8 RIGÃO N.781

Mat. Funcional nº 1116 CEN 8 RIGÃO N.231

Mat. Funcional nº 7891 CEN 8 RIGÃO N.102

Aluno: Carlos Henrique de Oliveira

Vitória Lima Almeida L.A.

Flavio de Melo Costa

CEN 8 6.03

CEN 8 19240

ESCOLA ENSINO ESPECIAL APAE – CARDÁPIO OUTUBRO/2026

|                           |                                                                                            | SEGUNDA                                                                                      | TERÇA                                                                                   | QUARTA                                                                                         | QUINTA                                                                                          | SEXTA      | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ |      | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE |      |
|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------------------------------------|------|---------------------------------------|------|
|                           |                                                                                            | 19/10/2026                                                                                   | 20/10/2026                                                                              | 21/10/2026                                                                                     | 22/10/2026                                                                                      | 23/10/2026 | KCAL                                  | Kcal | KCAL                                  | Kcal |
| Desjejum 7:20H/7:40 HORAS | Vitamina de frutas (banana + morango) + biscoito doce integral                             | Suco de acerola + bolo de fubá + banana                                                      | Café com leite + Biscoito doce/salgado integral + mamão                                 | Suco de maracujá + pão integral fatiado com requeijão                                          | Suco de abacaxi natural + Pão de leite com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo de laranja |            | 941                                   | Kcal | 941                                   | Kcal |
| MERENDA MANHÃ 10 HORAS    | Arroz integral, Feijão preto, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba + melão | Arroz, Feijão carioca, Frango (salsam) grelhado, salada de azeit + maçã                      | Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface | Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + melancia           | Macarrão com molho de carne moída + salada de tomate com pepino + manga                         |            | CHO                                   | 121  | CHO                                   | 121  |
| Lanche 13:20H/13:40 HORAS | Vitamina de frutas (banana + morango) + biscoito doce integral                             | Suco de acerola + bolo de fubá + banana                                                      | Café com leite + Biscoito doce/salgado integral + mamão                                 | Suco de maracujá + pão integral fatiado com requeijão                                          | Suco de abacaxi natural + Pão de leite com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo de laranja |            | PTN                                   | 23   | PTN                                   | 23   |
| MERENDA TARDE 15:30 HORAS | Arroz integral, Feijão preto, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba + melão | Arroz, Feijão carioca, Frango (salsam) grelhado, salada de azeit + maçã                      | Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface | Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + melancia           | Macarrão com molho de carne moída + salada de tomate com pepino + manga                         |            | LIP                                   | 15   | LIP                                   | 15   |
|                           | SEGUNDA                                                                                    | TERÇA                                                                                        | QUARTA                                                                                  | QUINTA                                                                                         | SEXTA                                                                                           |            | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ |      | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE |      |
|                           | 26/10/2026                                                                                 | 27/10/2026                                                                                   | 28/10/2026                                                                              | 29/10/2026                                                                                     | 30/10/2026                                                                                      |            |                                       |      |                                       |      |
| Desjejum 7:20H/7:40 HORAS | Suco de passêgo + pão fatiado com patê de frango com requeijão + melancia                  | Leite com morango + Bolo cenoura sem cobertura                                               | Iogurte de morango + Biscoito doce integral + banana                                    | Café com leite + pão de milho + queijo/margarina                                               |                                                                                                 |            | KCAL                                  | 703  | Kcal                                  | KCAL |
| MERENDA MANHÃ 10 HORAS    | Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos, Abóbora ralada + melão                                | Arroz, Feijão preto, Barreado, laranja de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja | Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoca) + purê de batata + melancia            | Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata salta e cenoura), salada de alface + maçã |                                                                                                 |            | CHO                                   | 115  | CHO                                   | 115  |
| Lanche 13:20H/13:40 HORAS | Suco de passêgo + pão fatiado com patê de frango com requeijão + melancia                  | Leite com morango + Bolo cenoura sem cobertura                                               | Iogurte de morango + Biscoito doce integral + banana                                    | Café com leite + pão de milho + queijo/margarina                                               |                                                                                                 |            | PTN                                   | 27   | PTN                                   | 27   |
| MERENDA TARDE 15:30 HORAS | Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos, Abóbora ralada + melão                                | Arroz, Feijão preto, Barreado, laranja de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja | Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoca) + purê de batata + melancia            | Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata salta e cenoura), salada de alface + maçã |                                                                                                 |            | LIP                                   | 14   | LIP                                   | 9    |
| Observações:              |                                                                                            |                                                                                              |                                                                                         |                                                                                                |                                                                                                 |            | ALUNO                                 |      |                                       |      |
|                           |                                                                                            |                                                                                              |                                                                                         |                                                                                                |                                                                                                 |            |                                       |      |                                       |      |

Participa dos Santos Alves Garcia  
Matr. Funcional nº 7991 CEN 8 RIGIÃO N° 781

Ligia Maria Falcão Faria Vicente  
Matr. Funcional nº 11146 CEN 8 RIGIÃO N° 231

Camille Consolino de Carvalho  
Matr. Funcional nº 7991 CEN 8 RIGIÃO N° 102

LABORATÓRIO DE ANÁLISES DE ALIMENTOS  
CASA E CRIANÇA  
VIA Vinte e Nove de Abril, 1000  
Fátima, Belo Horizonte, Minas Gerais

LABORATÓRIO DE ANÁLISES DE ALIMENTOS  
VIA Vinte e Nove de Abril, 1000  
Fátima, Belo Horizonte, Minas Gerais