

						SEXTA 16/8/2025		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H						CHO	102	9	CHO	99	9
Almoco 10:30H/11:00H						PTN	27	9	PTN	20	9
Lanche 13:30H/14:00H						LIP	17	9	LIP	14	9
Jantar 15:30H/16:00H						CALCIO	497	Mg	CALCIO	504	Mg
						FERRO	5	Mg	FERRO	6	Mg
						VITAMINA A	456	Mg	VITAMINA A	504	Mg
						VITAMINA C	52	Mg	VITAMINA C	49	Mg
	SEGUNDA 4/8/2025	TERÇA 5/8/2025	QUARTA 6/8/2025	QUINTA 7/8/2025	SEXTA 8/8/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de uva integral + biscoito de polvilho + mamão	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + melancia	loguite natural com morango e banana batido	Lente com banana + pão de queijo com polvilho	Lente com banana + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + melancia	KCAL	673	Kcal	KCAL	607	Kcal
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + couve + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão canoica, Peixe ao molho, Pão de mel de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + ricota + salada de azeitona com tomate + ponkan	Arroz, Feijão preto, Frango assado (sobrecoxa) + creme de milho + ricota + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + melancia	CHO	122	9	CHO	99	9
Lanche 13:30H/14:00H	Lente com banana + pão de queijo com polvilho	loguite natural com morango e banana batido	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + melancia	Suco de uva integral + biscoito de polvilho + mamão	Suco de uva integral + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + melancia	PTN	26	9	PTN	23	9
Jantar 15:30H/16:00H	Potenta + Frango ao molho + salada de azeitona + maçã	Arroz, carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de tomate + laranja	Arroz com brócolis + Frango ao molho + abobrinha refogada	Purê de batatas + Carne moída ao molho + escarola + salada de repolho + ponkan	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + melancia	LIP	20	9	LIP	14	9
						CALCIO	406	Mg	CALCIO	322	Mg
						FERRO	5	Mg	FERRO	7	Mg
						VITAMINA A	482	Mg	VITAMINA A	506	Mg
						VITAMINA C	64	Mg	VITAMINA C	59	Mg
	SEGUNDA 11/8/2025	TERÇA 12/8/2025	QUARTA 13/8/2025	QUINTA 14/8/2025	SEXTA 15/8/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
Desjejum 7:30H/8:00H	Lente com banana e aveia + manga picada	Vitamina de frutas (banana e abacaxi) + biscoito de polvilho	Suco de uva integral + panqueca de banana com aveia	Lente com banana + pão de queijo com polvilho	Suco de azeitona + torrada de frango com legumes	KCAL	695	Kcal	KCAL	575	Kcal
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos + couve + Abobrinha refogada + melão	Arroz, Feijão canoica, Carne moída com legumes (abobrinha e cenoura) + agrião + salada de alface + maçã	Arroz integral, Feijão preto, Frango (salsami) grelhado, salada de azeitona + melancia	Macarrão com molho de carne moída + escarola + salada de beterraba + laranja	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + melancia	CHO	107	9	CHO	98	9
Lanche 13:30H/14:00H	Vitamina de frutas (banana e abacaxi) + biscoito de polvilho	Suco de acerola + torrada de frango com legumes	Lente com banana + pão de queijo com polvilho	Suco de uva integral + panqueca de banana com aveia	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + melancia	PTN	25	9	PTN	20	9
Jantar 15:30H/16:00H	Arroz com cenoura + Carne moída ao molho + abobrinha refogada	Macarrão parafuso, Frango ao molho desfiado, legumes refogados (brócolis e cenoura) + melão	Potenta com azeitonas ao molho + brócolis + salada de beterraba + maçã	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + melancia	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + ricota + salada de cenoura + laranja	LIP	16	9	LIP	11	9
						CALCIO	403	Mg	CALCIO	302	Mg
						FERRO	6	Mg	FERRO	6	Mg
						VITAMINA A	403	Mg	VITAMINA A	501	Mg
						VITAMINA C	61	Mg	VITAMINA C	59	Mg

Observações: Retiradas as seguintes preparações: panqueca colorida, pizza de tapioca, tapioca de coco, chá de erva doce/citrina. Manter as seguintes preparações: ovos mexidos, pão de queijo, biscoito de polvilho, panqueca de banana e bolo de banana, se necessário mais vezes na semana.

CMEI

ALUNO

Patricio dos Santos Alves Garcia
 Lúcia Maria Toledo Faria Vicente
 Camille Consuelino de Carvalho
 Mãe Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781 Mãe Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2121 Mãe Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

SEGUNDA		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
18/8/2025		19/8/2025	20/8/2025	21/8/2025	22/8/2025	23/8/2025		24/8/2025	
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural + biscoito de polvilho + maçã	Suco de maçã integral + salada de frutas (banana, maçã e morango)	Suco de acerola + laranja + Frango com legumes	Ingrediente natural com morango e banana batido	Leite com banana + pão de queijo com polvilho	KCAL	646	KCAL	648
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz colorido, Feijão preto, Quibe assado + espinafre + salada repolho + melão	Arroz, Feijão caraca, Frango (salsam) ao molho, salada de alface + pontkan	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batata, salada de brócolis + melancia	Arroz, Feijão caraca, Frango ao molho com legumes (abobrinha e chuchu) + rúcula + salada de cenoura + laranja	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída) + espinafre + salada de beterraba + maçã	CHO	115	CHO	102
Lanche 13:30H/14:00H	Leite com morango + Panqueca de banana com aveia	Ingrediente natural com morango e banana batido	Leite com banana + pão de queijo com polvilho	Suco de maçã integral + salada de frutas (banana, maçã e morango)	Suco de acerola + laranja + Frango com legumes	PTN	26	PTN	22
Jantar 15:30H/16:00H	Polenta + Frango ao molho + salada de acelga	Macarrão com carne moída + Legumes refogados (brócolis e cenoura) + mamão	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de beterraba + pontkan	Sopa de feijão (batata, mandioquinha, carne e cenoura) + couve + melancia	Purê de batatas + Frango ao molho + couve refogada + salada de repolho com tomate + laranja	LIP	20	LIP	17
SEGUNDA 25/8/2025		TERÇA 26/8/2025	QUARTA 27/8/2025	QUINTA 28/8/2025	SEXTA 29/8/2025	FERRO	6	FERRO	6
Desjejum 7:30H/8:00H		Vitamina de frutas (banana e abacate) + biscoito de polvilho	Suco de maçã integral + salada de frutas (laranja, mamão e melão)	Leite com morango + Panqueca de banana com aveia	Mingau de aveia com banana	VITAMINA A	564	VITAMINA A	605
A moço 10:30H/11:00H		Arroz, Feijão caraca, Omelete assado + espinafre + legumes refogados (chuchu e cenoura) + melão	Arroz, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho, salada de acelga + maçã	Arroz colorido, Feijão caraca, Peixe ao molho, Purê de milho de pipoca, salada de alface	Arroz, Feijão caraca, Cubos de carne bovina + couve + farofa de cenoura + laranja	VITAMINA C	59	VITAMINA C	75
Lanche 13:30H/14:00H		Mingau de aveia com banana	Leite com banana + biscoito de polvilho	Suco de maçã integral + salada de frutas (laranja, manga e melão)	Vitamina de frutas (banana e abacate) + biscoito de polvilho	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Jantar 15:30H/16:00H		Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de alface + maçã	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve + melão	Polenta + Carne moída ao molho + salada de acelga + melancia	Purê de batatas + Frango ao molho + couve refogada + salada de repolho com tomate + mamão	KCAL	563	KCAL	523
Observações: Retiradas as seguintes preparações: panqueca colorida, pizza de tapioca, tapioca de coco, chá de erva doce/cidreira. Manter as seguintes preparações: ovos mexidos, pão de queijo, biscoito de polvilho, panqueca de banana e bolo de banana, se necessário mais vezes na semana.		CMEI		ALUNO		CHO	101	CHO	85
						PTN	19	PTN	18
						LIP	9	LIP	11
						FERRO	3	FERRO	4
						VITAMINA A	246	VITAMINA A	207
						VITAMINA C	61	VITAMINA C	85

PM

Patrícia dos Santos Alves Garcia

Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 1781

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente

Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321

Camille Consolinho de Camargo

Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102

20/08/25

Leidiane Correa Costa Salsola

CRN 8 6593

Coordenação Operacional

Leis de 2025

Mat. Funcional

CRN 15644