





INTOLERÂNCIA A LACTOSE


		SEXTA 18/08/2025		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
		Café com leite sem lactose + biscoito de polvilho sem lactose + mamão		KCAL 761	Kcal 9	KCAL 719	Kcal 9
		Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + pontkan		PTN 26	g 9	PTN 25	g 9
		LIP 19	g 9	LIP 21	g 9		
		Arroz, Feijão preto, Sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + tomate + açaí		CALCIO 466	Mg 9	CALCIO 396	Mg 9
		Macarrão com carne moída + Legumes refogados (brócolis e cenoura) + banana		FERRO 5	Mg 9	FERRO 7	Mg 9
		VITAMINA A 506	Mcg 9	VITAMINA A 602	Mcg 9		
		VITAMINA C 49	Mg 9	VITAMINA C 59	Mg 9		
		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ					
		KCAL 760	Kcal 9	KCAL 721	Kcal 9		
		CHO 116	g 9	CHO 106	g 9		
		PTN 27	g 9	PTN 25	g 9		
		LIP 21	g 9	LIP 22	g 9		
		CONSELHO DE CLASSE					
		CALCIO 501	Mg 9	CALCIO 406	Mg 9		
		FERRO 6	Mg 9	FERRO 5	Mg 9		
		VITAMINA A 466	Mcg 9	VITAMINA A 463	Mcg 9		
		VITAMINA C 56	Mg 9	VITAMINA C 50	Mg 9		
		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ					
		KCAL 737	Kcal 9	KCAL 716	Kcal 9		
		CHO 115	g 9	CHO 109	g 9		
		PTN 24	g 9	PTN 25	g 9		
		LIP 20	g 9	LIP 20	g 9		
		Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, Jardiniera de legumes (batata salsa, brócolis e cenoura) + mamão		CALCIO 496	Mg 9	CALCIO 463	Mg 9
		Suco de maracujá + pão sem lactose com requêijo sem lactose		FERRO 5	Mg 9	FERRO 5	Mg 9
		VITAMINA A 411	Mcg 9	VITAMINA A 506	Mcg 9		
		VITAMINA C 52	Mg 9	VITAMINA C 41	Mg 9		
		OBSERVAÇÕES:					
		ALUNO					
		CMEI					


Patricia dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional nº 7893 CRN 8ª REGIÃO N°1781


Eliana Marcia Tinoco Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8ª REGIÃO N°2321


Camille Consentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8ª REGIÃO N°1102


Lidiane Carina Costa Saldanha
CRN 2ª REGIÃO
Cemilândia - RJ


Lúcia de Souza Mota
CRN 15644
Cemilândia - RJ

INTOLERÂNCIA A LACTOSE

	SEGUNDA 18/8/2025	TERÇA 19/8/2025	QUARTA 20/8/2025	QUINTA 21/8/2025	SEXTA 22/8/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de laranja integral, sanduíche de pão sem lactose + queijo semi lactose + lomele + alface	logurte de morango sem lactose + salada de frutas (banana, maçã e morango com aveia sem lactose)	Suco de acerola + torta frango com legumes sem lactose + banana	Suco integral de maçã + bolo de fubá sem lactose + melão	Café com leite sem lactose + pão de cenoura sem lactose com queijo sem lactose/margarina sem lactose	KCAL 738 CHO 113 PTN 26 LIP 20	Kcal 655 CHO 98 PTN 22 LIP 9
Almooço 10:30H/11:00H	Arroz colorido, Feijão preto, Quibe assado, salada repolho + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) ao molho, salada de alface + polkan	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, batata refogada, salada de beterrabas + melancia	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (abobrinha e chuchu), salada de cenoura + laranja	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída) + salada de beterraba + maçã	LIP 20	LIP 20
Lanche 13:30H/14:00H	Café com leite sem lactose + biscoito de polvilho sem lactose + mamão	Suco integral de maçã + bolo de fubá sem lactose + melão	Café com leite sem lactose + pão de cenoura sem lactose com queijo sem lactose/margarina sem lactose	logurte de morango sem lactose + salada de frutas (banana, maçã e morango) com aveia sem lactose	Suco de acerola + torta frango com legumes sem lactose + banana	CALCIO 463 Mg 5 Mg 495	CALCIO 503 Mg 5 Mg 495
Jantar 15:30H/16:00H	Potencia + Frango ao molho + salada de acelga	Macarrão com carne moída + Legumes refogados (brócolis e cenoura) + mamão	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + salada de beterraba + polkan	Sopa de feijão (batata, mandioquinha, carne e cenoura) + melancia	Batata refogada + Frango ao molho + salada de repolho com lomele + laranja	VITAMINA A 48 Mg 48	VITAMINA C 56 Mg 48
	SEGUNDA 25/8/2025	TERÇA 26/8/2025	QUARTA 27/8/2025	QUINTA 28/8/2025	SEXTA 29/8/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Vitamina de frutas (banana e mamão) com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose	Leite sem lactose com morango + Bolo cenoura sem cobertura e sem lactose	Café com leite sem lactose + biscoito salgado/doce integral sem lactose + banana	Chá com leite sem lactose + pão de milho sem lactose + manteiga sem lactose	Suco de abacaxi natural + Pão sem lactose c/ carne moída ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura e sem lactose	KCAL 653 CHO 112 PTN 18	Kcal 498 CHO 95 PTN 17
Almooço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados (chuchu e cenoura) + melão	Arroz, Feijão preto, Bolo de carne ao molho, salada de acelga + maçã	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pão de milho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão com cubos de carne bovina, batata de cenoura + laranja	Macarrão parafuso, Frango ao molho destiçado + salada de lomele + melancia	LIP 13	LIP 9
Lanche 13:30H/14:00H	Chá com leite sem lactose + pão de milho sem lactose + manteiga sem lactose	Café com leite sem lactose + biscoito salgado/doce integral sem lactose + melancia	Leite sem lactose com morango + Bolo cenoura sem cobertura e sem lactose	Vitamina de frutas (banana e mamão) com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose	Suco de abacaxi natural + Pão sem lactose c/ carne moída ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura e sem lactose	CALCIO 203 Mg 3	CALCIO 206 Mg 3
Jantar 15:30H/16:00H	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de alface + maçã	Carfia (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + melão	Potencia + Carne moída ao molho + salada de acelga + melancia	Batata refogada + Frango ao molho + salada de repolho com lomele + mamão	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de acelga + banana	VITAMINA A 306 Mg 61	VITAMINA A 189 Mg 69

Observações:

ALUNO

Particia dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO
Nº1781

Lígia Márcia Tóledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO
Nº2321

Camille Consolino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO N°1102

Liliana Sousa Costa Batista
CRN 1891
Diretora do Sistema

Lia de Souza Menezes
CRN 15644
Nutricionista