



SEM OVO

	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		
						KCAL	Kcal	Kcal	KCAL	Kcal	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de uva integral, sanduíche de pão sem ovo + queijo + tomate + alicce	Legume de morango + salada de frutas (banana, maçã e morango) com aveia sem ovo	Suco de acerola + pão sem ovo com frango desfiado ao molho + banana	Suco integral de maçã + bolo sem ovo + melão	Café com leite + pão sem ovo com queijo/margarina	CHO	110	9	CHO	100	9
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz colorido, Feijão preto, Carne moída ao molho, salada repolho + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango (salsinha) ao molho, salada de alicce + porcan	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batata, salada de brócolis + 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	PTN	24	9	PTN	20	9
Lanche 13:30H/14:00H	Café com leite + biscoito de polvilho sem ovo + mamão	Suco integral de maçã + bolo sem ovo + melão	Café com leite + pão sem ovo com queijo/margarina	Legume de morango + salada de frutas (banana, maçã e morango) com aveia sem ovo	Suco de acerola + pão sem ovo com frango desfiado ao molho + banana	LIP	20	9	LIP	18	9
Jantar 15:30H/16:00H	Poleia + Frango ao molho + salada de aceia	Macarrão sem ovo com carne moída + legumes refogados (brócolis e cenoura) + mamão	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + salada de beterraba + porcan	Sopa de feijão (batata, manduquinha, carne e cenoura) + melancia	Purê de batatas + Frango ao molho + salada de repolho com tomate + laranja	CALCIO	406	Mg	CALCIO	493	Mg
						FERRO	5	Mg	FERRO	4	Mg
						VITAMINA A	398	Mcg	VITAMINA A	502	Mcg
						VITAMINA C	46	Mg	VITAMINA C	49	Mg
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
						KCAL	699	Kcal	KCAL	513	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H	Vitamina de frutas (banana e mamão) + biscoito doce integral sem ovo	Leite com morango + bolo sem ovo	Café com leite + biscoito saigado/doce integral sem ovo + banana	Chá com leite + pão sem ovo + manteiga	Suco de abacaxi natural + pão sem ovo c/ carne moída ao molho, alicce, cenoura ralada + bolo sem ovo	CHO	124	9	CHO	98	9
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango grelhado, legumes refogados (chuchu e cenoura) + melão	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, salada de aceia + maçã	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pão de molho de peixe, salada de alicce	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Macarrão sem ovo, Frango ao molho desfiado + salada de tomate + melancia	PTN	20	9	PTN	19	9
Lanche 13:30H/14:00H	Chá com leite + pão sem ovo + manteiga	Café com leite + biscoito saigado/doce integral sem ovo + melancia	Leite com morango + bolo sem ovo	Vitamina de frutas (banana e mamão) + biscoito doce integral sem ovo	Suco de abacaxi natural + pão sem ovo c/ carne moída ao molho, alicce, cenoura ralada + bolo sem ovo	LIP	15	9	LIP	12	9
Jantar 15:30H/16:00H	Arroz, carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de alicce + maçã	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + melão	Poleia + Carne moída ao molho + salada de aceia + melancia	Purê de batatas + Frango ao molho + salada de repolho com tomate + mamão	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de aceia + banana	CALCIO	215	Mg	CALCIO	196	Mg
						FERRO	4	Mg	FERRO	3	Mg
						VITAMINA A	296	Mcg	VITAMINA A	231	Mcg
						VITAMINA C	83	Mg	VITAMINA C	115	Mg

Observações: Pães, Biscoitos, Bolos, Farinha de trigo, Cereais (aveia) sem traços de ovos.

CMEI

ALUNO

Particia dos Santos Alves Garcia  
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO  
Nº 1781

Ligia Mircia Toledo Faria Vicente  
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO  
Nº 2321

Camile Consuelino de Carvalho  
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 102

Ediane Costa Costa 35258  
CRN 1 6091  
Licenciada em Pedagogia

Lucia de Souza 1564  
CRN 1564  
Licenciada em Pedagogia