

SEM LACTOSE

	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	11/7/2025	21/7/2025	31/7/2025	41/7/2025	KCAL 650 CHO 99 PTN 25 LP 15	KCAL 601 CHO 100 PTN 21 LP 15
Almooço 10:30H/11:00H	Leite sem lactose com morango + panqueca de banana com aveia sem lactose  Arroz integral, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + maçã	Leite sem lactose com banana + pão de queijo vegano  Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + milho e cenoura refogados + rúcula + Pontkan	Suco de abacaxi natural + pizza de lapioa com queijo sem lactose + melão  Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho (sobrecoxa) + milho e cenoura refogados + rúcula + Pontkan	Suco de uva integral + panqueca colorida de beterraba sem lactose com recheio de frango  Arroz, Feijão carioca, Frango (cassini) grelhado, salada de azeite + melancia	KCAL 502 CHO 5 PTN 5 LP 5	KCAL 496 CHO 6 PTN 6 LP 5
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de uva integral + panqueca colorida de beterraba sem lactose com recheio de frango  Risoto de frango (batata, cenoura, frango, milho) + rúcula + salada de repolho com tomate + Pontkan	Suco de abacaxi natural + pizza de lapioa com queijo sem lactose + melão  Polenta com almondegas ao molho + brócolis + salada de beterraba + maçã	Leite sem lactose com banana + pão de queijo vegano  Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + melancia	Leite sem lactose com morango + panqueca de banana com aveia sem lactose  Macarrão com carne moída + legumes refogados (cenoura e chuchu) + brócolis + Carqui	KCAL 504 CHO 49 PTN 504 LP 49	KCAL 421 CHO 49 PTN 504 LP 49
Jantar 16:00H/16:30H	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	
Desjejum 7:30H/8:00H	7/7/2025	8/7/2025	9/7/2025	10/7/2025	11/7/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Almooço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	KCAL 9 CHO 9 PTN 9 LP 9
Lanche 13:30H/14:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	KCAL 9 CHO 9 PTN 9 LP 9
Jantar 16:00H/16:30H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	KCAL 9 CHO 9 PTN 9 LP 9
Desjejum 7:30H/8:00H	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	
Almooço 10:30H/11:00H	14/7/2025	15/7/2025	16/7/2025	17/7/2025	18/7/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Lanche 13:30H/14:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	KCAL 9 CHO 9 PTN 9 LP 9
Jantar 16:00H/16:30H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	KCAL 9 CHO 9 PTN 9 LP 9

Observações: Leite, biscoitos, farinhas, cereais (aveia), laticínios sem traços de lactose

CMEI

ALUNO

Patricia dos Santos Alves Garcia

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente

Camille Consentino de Carvalho

Matr. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 1781

Matr. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321

Matr. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102

  
 Patricia dos Santos Alves Garcia  
 CN nº 4893  
 Coordenação Operacional

  
 Ligia Marcia Toledo Faria Vicente  
 CN nº 15644  
 Matr. Funcional

SEM LACTOSE

	SEGUNDA 24/7/2025	TERÇA 25/7/2025	QUARTA 26/7/2025	QUINTA 27/7/2025	SEXTA 28/7/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
						KCAL	610	Kcal	KCAL	551	Kcal	KCAL	512
Desjejum 7:30H/1:00H	Suco maçã integral + salada de frutas (manga, melão e morango)	Logurite sem lactose com morango e banana batido	Suco integral de uva + panqueca sem lactose com queijo sem lactose	Suco de maracujá + ovos mexidos + Bolo sem açúcar e sem lactose	Suco de maracujá + ovos mexidos + Bolo sem açúcar e sem lactose	CHO	110	g	CHO	99	g	CHO	93
						PTN	26	g	PTN	20	g	PTN	17
Almoco 10:30H/1:00H	RECESSO	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Filão do molho de peixe + salada de alface	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho, Filão de carne + salada de beterraba + portkan	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura e couve flo) + caqui	Macarrão com molho de carne moída + escarola + salada de cenoura + melão	LIP	19	g	LIP	20	g	LIP	10
						CALCIO	596	Mg	CALCIO	411	Mg	CALCIO	154
Lanche 13:30H/14:00H	Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho sem lactose + mamão	Suco maçã integral + salada de frutas (manga, melão e morango)	Logurite natural sem lactose com morango e banana batido	Suco de maracujá + ovos mexidos + Bolo sem açúcar e sem lactose	Suco de maracujá + ovos mexidos + Bolo sem açúcar e sem lactose	FERRO	6	Mg	FERRO	6	Mg	FERRO	3
						VITAMINA A	597	Mcg	VITAMINA A	596	Mcg	VITAMINA A	226
Jantar 16:00H/16:30H	SEGUNDA 29/7/2025	TERÇA 30/7/2025	QUARTA 31/7/2025	QUINTA 01/8/2025	SEXTA 02/8/2025	VITAMINA C	60	Mg	VITAMINA C	48	Mg	VITAMINA C	74
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE				
Desjejum 7:30H/18:00H	Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho sem lactose + mamão	Vitaminas de frutas de banana e abacate com leite sem lactose e aveia sem lactose + biscoito de polvilho sem lactose	Suco de acerola + tort de frango com legumes sem lactose com aveia sem lactose	Suco de acerola + tort de frango com legumes sem lactose com aveia sem lactose	Suco de acerola + tort de frango com legumes sem lactose com aveia sem lactose	KCAL	592	Kcal	KCAL	512	Kcal	KCAL	512
						CHO	98	g	CHO	93	g	CHO	93
Almoco 10:30H/1:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (batata e cenoura) + rúcula + salada de azeite com tomate + melancia	Arroz, Feijão carioca, Frango (salsami) ao molho, salada de alface + mamão	Arroz, Feijão preto, Bandedo, Farofa de banana da terra + couve + salada de tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão preto, Bandedo, Farofa de banana da terra + couve + salada de tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão preto, Bandedo, Farofa de banana da terra + couve + salada de tomate e cebola + laranja	PTN	15	g	PTN	17	g	PTN	17
						LIP	10	g	LIP	10	g	LIP	10
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de acerola + tort de frango com legumes sem lactose com aveia sem lactose	Lente sem lactose com banana + tapioca de coco com leite sem lactose	Vitaminas de frutas de banana e abacate com leite sem lactose e aveia sem lactose + biscoito de polvilho sem lactose	Vitaminas de frutas de banana e abacate com leite sem lactose e aveia sem lactose + biscoito de polvilho sem lactose	Vitaminas de frutas de banana e abacate com leite sem lactose e aveia sem lactose + biscoito de polvilho sem lactose	CALCIO	263	Mg	CALCIO	154	Mg	CALCIO	154
						FERRO	2	Mg	FERRO	3	Mg	FERRO	3
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de feijão (batata, mandioquinha, carne, cenoura) + couve + laranja	Polenta + Carne moída ao molho + salada de azeite + melancia	Arroz com cenoura + Frango ao molho + abobora refogada + mamão	Arroz com cenoura + Frango ao molho + abobora refogada + mamão	Arroz com cenoura + Frango ao molho + abobora refogada + mamão	VITAMINA A	214	Mcg	VITAMINA A	226	Mcg	VITAMINA A	226
						VITAMINA C	55	Mg	VITAMINA C	74	Mg	VITAMINA C	74

CMEI

Observações: Leite, biscoitos, farinhas (aveia), laticínios sem traços de lactose

ALUNO

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

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente  
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321

Camille Consantino de Carvalho  
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

Ediane Costa Costa Rocha  
CRN 8º REGIÃO Nº1554

Lea do Carmo  
CRN 8º REGIÃO Nº1554