

APLV

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H						CHIO	9	CHIO	9
Almoço 10:30H/11:00H						PTN	9	PTN	9
Lanche 13:30H/14:00H						LIP	9	LIP	9
Jantar 15:30H/16:00H						CALCIO	Mg	CALCIO	Mg
						FERRO	Mg	FERRO	Mg
						VITAMINA A	Mcg	VITAMINA A	Mcg
						VITAMINA C	Mg	VITAMINA C	Mg
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H	logurite vegano com morango e banana batido + biscito de polvilho sem leite	Suco de maçã integral + salada de frutas (kiwi, manga e melão)	Suco de manga + torta de frango com legumes sem leite	Leite vegetal com banana + bolo sem açúcar e sem leite	Leite vegetal com banana e aveia sem leite + manga picada	KCAL	651	KCAL	511
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura) + rúcula + salada de repolho com tomate + caqui	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pito do molho de peixe + salada de alicce	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + maçã	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + escarola + salada de vagem + melão	CHIO	115	CHIO	100
Lanche 13:30H/14:00H	Leite vegetal com banana e aveia sem leite + manga picada	Suco de manga + torta de frango com legumes sem leite	Leite vegetal com banana + bolo sem açúcar e sem leite	Suco de maçã integral + salada de frutas (kiwi, manga e melão)	logurite vegano com morango e banana batido + biscito de polvilho sem leite	PTN	25	PTN	21
Jantar 15:30H/16:00H	Batatas refogadas + Frango ao molho + couve refogada + salada de repolho com tomate	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de alicce + maçã	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + portkan	Polenta + Carne moída ao molho + salada de alicce + melão	Arroz + FEIJOÃO PRETO + Frango ao molho (cenoura, batata, milho) + salada de brócolis + caqui	LIP	18	LIP	15
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	CALCIO	563	CALCIO	320
	11/5/2026	12/5/2026	13/5/2026	14/5/2026	15/5/2026	FERRO	5	FERRO	7
	Chá erva doce/cidreira + biscito de polvilho sem leite + banana	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + melancia	Vitaminas de frutas (banana e mamão) com leite vegetal e aveia sem leite + biscito de polvilho sem leite	Leite vegetal com morango + panqueca sem leite de banana com aveia sem leite	Suco de uva integral + panqueca de queijo vegano	VITAMINA A	506	VITAMINA A	511
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + espinafre + legumes refogados (cenoura e abobrinha) + maçã	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho + pito de carne + salada de beterraba + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + batatas refogadas + rúcula + banana	Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura) + agrião + salada de alicce + portkan	Risoto de frango (batata, cenoura, frango, milho) + escarola + salada de vagem + melancia	VITAMINA C	65	VITAMINA C	61
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de uva integral + panqueca de queijo vegano	Chá erva doce/cidreira + biscito de polvilho sem leite + banana	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + melancia	Vitaminas de frutas (banana e mamão) com leite vegetal e aveia sem leite + biscito de polvilho sem leite	Leite vegetal com morango + panqueca sem leite de banana com aveia sem leite	KCAL	687	KCAL	601
Jantar 15:30H/16:00H	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + rúcula + salada de vagem + banana	Polenta + Frango ao molho + salada de alicce + maçã	Batatas refogadas + Carne moída ao molho + escarola + salada de tomate + melão	Macarrão com frango + legumes refogados (brócolis + cenoura) + melancia	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + FEIJOÃO CARROÇA + salada de alicce	CHIO	110	CHIO	132
						PTN	22	PTN	25
						LIP	18	LIP	19
						CALCIO	463	CALCIO	512
						FERRO	7	FERRO	7
						VITAMINA A	509	VITAMINA A	409
						VITAMINA C	64	VITAMINA C	61

Observações: Biscoitos, farinhas, cereais (aveia), laticínios sem traços de leite. Utilizar leite vegetal.

CMEI

ALUNO

PA

[Signature]

oe

[Signature]

Patrícia dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO N°1781

Lígia Marcia Toledo Fara Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO N°2571

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

Letícia Consolino
CRN 8º 8103
Cantanhota - Opatowassat

Letícia Consolino
Mat Funcional nº 13564

APLV

	SEGUNDA 18/05/2026	TERÇA 19/05/2026	QUARTA 20/05/2026	QUINTA 21/05/2026	SEXTA 22/05/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H	Vitamina de frutas (abacate e banana) com leite vegetal e aveia sem leite + biscoito de polvilho sem leite	Suco de uva integral + panqueca colorida de cenoura sem leite + recheio carne moída	Suco de péssago integral + torta de frango com legumes sem leite	Logurte vegano com morango e banana batido + biscoito de polvilho sem leite vegetal	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura e abobrinha) + maçã	Leite vegetal com banana + pão de queijo vegano	KCAL 635 CHO 114 PTN 23 LIP 18	KCAL 652 CHO 98 PTN 20 LIP 17
Almoco 10:30H/14:00H	Arroz integral, Feijão preto, Ovos Mexidos + couve + abobora refogada + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) ao molho + salada de alface + melancia	Arroz, Feijão preto, Boinho de carne ao molho, salada de acelga + portkan	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, batatas refogadas + couve + melancia	Suco de uva integral + panqueca colorida de cenoura sem leite + recheio carne moída	CALCIO 512 Mg 6 Mg 6	CALCIO 410 Mg 6 Mg 6	
Lanche 13:30H/14:00H	Leite vegetal com banana + pão de queijo vegano	Logurte vegano com morango e banana batido + biscoito de polvilho sem leite vegetal	Vitamina de frutas (abacate e banana) com leite vegetal e aveia sem leite + biscoito de polvilho sem leite	Suco de péssago integral + torta de frango com legumes sem leite	Suco de uva integral + panqueca de carne moída sem leite + bolo sem açúcar e sem leite com cacau 100%	FERRRO 48 Mg 503	FERRRO 45 Mg 563	
Jantar 16:30H/16:00H	Arroz, Frango ao molho (cenoura, batata, milho) + rúcula + salada de acelga + tomate + maçã	Macarão com carne moída + legumes refogados (brócolis e cenoura) + melão	Arroz com cenoura + FEIJOÃO PRETO + Frango ao molho + abobora refogada	Polenta + Amêndoas ao molho + brócolis + salada de beterraba + caqui	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve + melancia	VITAMINA A 48 Mg 48	VITAMINA A 45 Mg 45	
	SEGUNDA 20/05/2026	TERÇA 20/05/2026	QUARTA 21/05/2026	QUINTA 20/05/2026	SEXTA 20/05/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H	Mingau de aveia sem leite com leite vegetal com banana	Suco de abacaxi natural + crepioca de queijo vegano + melão picado	Leite vegetal com banana + pão de queijo vegano	Suco de maçã integral + salada de frutas (uva, maçã, mamão)	Suco de uva integral + panqueca de carne moída sem leite + bolo sem açúcar e sem leite com cacau 100%	KCAL 326 CHO 98 PTN 17 LIP 10	KCAL 511 CHO 92 PTN 17 LIP 10	
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoca ao molho com cenoura + salada de brócolis + caqui	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pão de milho de painço + salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado + salada de acelga + maçã	Arroz, Feijão preto, Barmado, farofa de banana da terra + couve + salada (tomate e cebola + laranja)	Macarão parafuso + Frango ao molho destilado + espinafre + salada de beterraba + melancia	PTN 17 Mg 9	PTN 17 Mg 9	
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de maçã integral + salada de frutas (uva, maçã, mamão)	Mingau de aveia sem leite com leite vegetal com banana	Suco de abacaxi natural + crepioca de queijo vegano + melão picado	Leite vegetal com banana + pão de queijo vegano	Suco de uva integral + panqueca de carne moída sem leite + bolo sem açúcar e sem leite com cacau 100%	CALCIO 216 FERRRO 2 Mg 126	CALCIO 111 FERRRO 3 Mg 269	
Jantar 16:30H/16:00H	Arroz com brócolis + Carne moída ao molho + abobrinha refogada	Batatas refogadas + Frango ao molho + couve refogada + salada de brócolis + caqui	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de beterraba + melancia	Polenta + Frango ao molho + salada de acelga + maçã	Sopa de FEIJOÃO (batata, mandioquinha, carne, cenoura) + couve + portkan	VITAMINA A 55 Mg 55	VITAMINA A 48 Mg 48	

CMEI

ALUNO

Observações: Biscoitos, farinhas, cereais (aveia), laticínios sem traços de leite. Utilizar leite vegetal.

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

Ligia Marcia Tolosa, Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN nº REGIÃO Nº9721

Camille Consuntino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN nº REGIÃO Nº1102

Estabelecimento
CNPJ nº 08.000.000/0001-00
CNPJ nº 08.000.000/0001-00

Lista de Alimentos
Nutricionista
CNPJ nº 15654

PM

DE