

APLV

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	2/2/2026	3/2/2026	4/2/2026	5/2/2026	6/2/2026		
Desjejum 7:30H/8:00H					Vitamina de frutas (banana e abacate) com leite vegetal e com aveia sem leite + biscoito polvilho sem leite	KCAL 650 Kcal CHO 101 g PTN 25 g LIP 18 g	KCAL 610 Kcal CHO 101 g PTN 22 g LIP 15 g
Almoço 10:30H/1:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura) + escarola + salada de tomate + melão	CALCIO 506 Mg FERRO 5 Mg	CALCIO 496 Mg FERRO 7 Mg
Lanche 13:30H/14:00H					Suco Integral de maçã + salada de frutas (banana, laranja, mamão)	VITAMINA A 563 Mcg VITAMINA C 52 Mg	VITAMINA A 513 Mcg VITAMINA C 50 Mg
Jantar 16:30H/16:00H					Arroz com cenoura + FEIJÃO + Frango ao molho + abóbora refogada + maçã		
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	9/2/2026	10/2/2026	11/2/2026	12/2/2026	13/2/2026		
Desjejum 7:30H/8:00H	Leite vegetal com banana + biscoito de polvilho sem leite + maçã picada	Chá erva doce/cidreira + bolo de banana sem açúcar e sem leite + maçã	logurte vegano com morango e banana batido + biscoito de polvilho sem leite	Leite vegetal com banana + pão de queijo vegano	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + manga	KCAL 651 Kcal CHO 115 g PTN 25 g LIP 18 g	KCAL 511 Kcal CHO 100 g PTN 21 g LIP 15 g
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + couve + salada tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (batata, cenoura, brócolis) + melancia	Arroz, Feijão preto, Bolinho de carne, salada acelga + melão	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada alface	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, batata refogada, salada de brócolis + banana	CALCIO 563 Mg FERRO 5 Mg	CALCIO 320 Mg FERRO 7 Mg
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + manga	Leite vegetal com banana + biscoito de polvilho sem leite + maçã picada	Chá erva doce/cidreira + bolo de banana sem açúcar e sem leite + maçã	logurte vegano com morango e banana batido + biscoito de polvilho sem leite	Leite vegetal com banana + pão de queijo vegano	VITAMINA A 506 Mcg FERRO 5 Mg	VITAMINA A 511 Mcg FERRO 7 Mg
Jantar 16:30H/16:00H	Poleenta + Frango ao molho + salada de acelga	Batata refogada + Carne moída ao molho + escarola + salada de repolho com tomate + maçã	Arroz + FEIJÃO + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho) + rúcula + salada de alface + melancia	Macarrão com carne moída ao molho + Legumes refogados (cenoura e brócolis) + laranja	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura e batata) + couve + melão	VITAMINA A 65 Mcg VITAMINA C 61 Mg	VITAMINA A 61 Mg VITAMINA C 61 Mg

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

CMEI

ALUNO

Handwritten signature

Patricia dos Santos Alves Garcia

Matr. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 781

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente

Matr. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº 2121

Camille Consentino de Carvalho

Matr. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102

Handwritten signature
Leticia de Souza
CRN 8º REGIÃO Nº 15644

Handwritten signature
Leticia de Souza
CRN 8º REGIÃO Nº 15644

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	18/12/2026	17/12/2026	18/12/2026	19/12/2026	20/12/2026	KCAL CHO PTN LIP	KCAL CHO PTN LIP
Desjejum 7:30H-8:00H				Vitamina de frutas (banana e mamão) com leite vegetal e com aveia sem leite + biscoito polvilho sem leite	Leite vegetal com morango + bolo de maçã sem açúcar e sem leite + banana	635 114 23 18	632 98 20 17
Almoço 10:30H-11:00H				Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho com legumes (batata e cenoura) + agrião + salada de alface + mamão	Macarrão parafuso, frango ao molho desfiado + espinafre + salada de brócolis + manga	9 9 9	9 9 9
Lanche 13:30H-14:00H	RECESSO	FERIADO	RECESSO	Leite vegetal com morango + bolo de maçã sem açúcar e sem leite + banana	Vitamina de frutas (banana e mamão) com leite vegetal e com aveia sem leite + biscoito polvilho sem leite	512 6 503	410 6 563
Jantar 15:30H-16:00H				Batata refogada + Frango ao molho + couve refogada + salada de pepino com tomate + manga	Risoto de carne + FEIJÃO + (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + rúcula + salada de cenoura + maçã	48 Mg	45 Mg
	SEGUNDA 23/12/2026	TERÇA 24/12/2026	QUARTA 25/12/2026	QUINTA 26/12/2026	SEXTA 27/12/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H-8:00H	Iogurte vegano com morango e banana batido + biscoito de polvilho sem leite	Suco maçã integral + salada de frutas (manga, melão e uva)	Suco de morango + torta frango com legumes sem leite	Leite vegetal com banana + pão de queijo vegano	Suco de abacaxi natural + pancheca de frango desfiado ao molho sem leite + bolo de banana sem açúcar e sem leite	KCAL CHO PTN LIP	KCAL CHO PTN LIP
Almoço 10:30H-11:00H	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina, farofa de cenoura e couve + laranja	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + melancia	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada alface	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + maçã	Macarrão com molho de carne moída + escarola + salada de vagem + banana	526 98 17 10	511 92 17 10
Lanche 13:30H-14:00H	Leite vegetal com banana e pão de queijo vegano	Iogurte vegano com morango e banana batido + biscoito de polvilho sem leite	Suco de abacaxi natural + crepioca de queijo vegano + melancia	Suco de maçã integral + salada de frutas (manga, melão e uva)	Suco de abacaxi natural + panqueca de frango desfiado ao molho sem leite + bolo de banana sem açúcar e sem leite	216 2 Mg	111 3 Mg
Jantar 15:30H-16:00H	Macarrão com frango desfiado ao molho + legumes refogados (cenoura + brócolis) + melancia	Batata refogada + Carne moída ao molho + escarola + salada de repolho	Poleenta + Frango ao molho + salada de acelga + laranja	Arroz com brócolis + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + banana	Arroz + FEIJÃO + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho) + rúcula + salada de alface + goiabá	126 55 Mg	269 48 Mg
Observações: Biscoitos, farinhas, cereais (aveia), laticínios sem traços de leite. Utilizar leite vegetal.							
CMEI	ALUNO						

Laís de Godoy Alcantara
funcionária
CRN 15644