

SEMI LACTOSE

MOMENTO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H									
Almoço 10:30H/11:00H									
Lanche 13:30H/14:00H									
Jantar 15:30H/16:00H									
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA				
	4/5/2026	5/5/2026	6/5/2026	7/5/2026	8/5/2026				
Desjejum 7:30H/8:00H	Logurte sem lactose com morango e banana batido + biscoito de polvilho sem lactose	Suco de maçã integral + salada de frutas (kiwi, manga e melão)	Suco de manga + lora de frango com legumes sem lactose	Lente sem lactose com banana + bolo de maçã sem açúcar e sem lactose	Lente sem lactose com banana e aveia sem lactose + manga picada	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	648	KCAL	546
						Kcal		Kcal	
						CHO	102	CHO	115
						PTN	22	PTN	26
						LP	17	LP	20
						CaLCIO	408	CaLCIO	505
						FERRo	6	FERRo	6
						VITAMINA A	605	VITAMINA A	564
						VITAMINA C	75	VITAMINA C	59
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	601	KCAL	587
						Kcal		Kcal	
						CHO	132	CHO	110
						PTN	25	PTN	22
						LP	19	LP	18
						CaLCIO	512	CaLCIO	463
						FERRo	7	FERRo	7
						VITAMINA A	409	VITAMINA A	509
						VITAMINA C	61	VITAMINA C	64
						Mg		Mg	

CMEI

ALUNO

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

PM

J

EE

CC

LA de

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

Ligia Maria Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 1146 CEN 8º REGIÃO Nº3731

Carmel Consuelina de Carvalho
Mat Funcional nº 7891 CEN 8º REGIÃO Nº1102

Estábulo Cereais Cota Balaia
CEN 8º REGIÃO Nº1554
Cota de Trabalho Operacional

LA de
Nutricionista
CEN 1554

SEMI LACTOSE

	SEGUNDA 18/5/2026	TERÇA 19/5/2026	QUARTA 20/5/2026	QUINTA 21/5/2026	SEXTA 22/5/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Vitamina de frutas (abacate e banana) com leite sem lactose e aveia sem lactose + biscoito de polvilho sem lactose	Suco de uva integral + panqueca colorida de cenoura sem lactose + recheio carne moída	Suco de péssago integral + tort de frango com legumes sem lactose	Iogurte sem lactose com morango e banana batido + biscoito de polvilho sem lactose	Leite sem lactose com banana + pão de queijo vegano	KCAL 610 CHO 110 PTN 26 LIP 19	KCAL 551 CHO 99 PTN 20 LIP 20
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral, Feijão preto, Ovos Mexidos + couve + abobora refogada + melão	Arroz, Feijão caroca, Frango (saassam) ao molho + salada de alface + melancia	Arroz, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho, salada de azeitona + poston	Arroz, Feijão caroca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura e abobrinha) + maçã	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + caqui	KCAL 596 CHO 6 PTN 6 LIP 5	KCAL 411 CHO 6 PTN 6 LIP 5
Lanche 13:30H/14:00H	Leite sem lactose com banana + pão de queijo vegano	Iogurte sem lactose com morango e banana batido + biscoito de polvilho sem lactose	Vitamina de frutas (abacate e banana) com leite sem lactose e aveia sem lactose + biscoito de polvilho sem lactose	Suco de péssago integral + tort de frango com legumes sem lactose	Suco de uva integral + panqueca colorida de cenoura sem lactose + recheio carne moída	KCAL 592 CHO 98 PTN 15 LIP 10	KCAL 512 CHO 93 PTN 17 LIP 10
Jantar 15:30H/16:00H	Arroz, Frango ao molho (cenoura, batata, milho) + rúcula + salada de azeitona + tomate + maçã	Macarão com carne moída + legumes refogados (brócolis e cenoura) + melão	Arroz com cenoura + FEIJÃO PRETO + Frango ao molho + abobora refogada	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve + melancia	Suco de uva integral + panqueca de carne moída sem lactose + bolo de banana sem açúcar e sem lactose com cacau 100%	KCAL 592 CHO 98 PTN 15 LIP 10	KCAL 512 CHO 93 PTN 17 LIP 10
	SEGUNDA 24/5/2026	TERÇA 26/5/2026	QUARTA 27/5/2026	QUINTA 28/5/2026	SEXTA 29/5/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Mingau de aveia sem lactose com leite sem lactose com banana	Suco de abacaxi natural + crepíscas de queijo sem lactose + melão picado	Leite sem lactose 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 lactose + bolo de banana sem açúcar e sem lactose com cacau 100%	KCAL 592 CHO 98 PTN 15 LIP 10	KCAL 512 CHO 93 PTN 17 LIP 10
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão caroca, Sobrecoca ao molho com cenoura + salada de brócolis + caqui	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pão de milho de peixe + salada de alface	Arroz, Feijão caroca, Frango (saassam) grelhado + salada de azeitona + maçã	Arroz, Feijão preto, Barrado, farofa de banana da terra + couve + salada tomate e cebola + brânja	Suco de uva integral + panqueca de carne moída sem lactose + bolo de banana sem açúcar e sem lactose com cacau 100%	KCAL 263 CHO 2 PTN 2 LIP 2	KCAL 154 CHO 3 PTN 3 LIP 3
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de maçã integral + salada de frutas (uva, maçã, mamão)	Mingau de aveia sem lactose com leite sem lactose com banana	Suco de abacaxi natural + crepíscas de queijo sem lactose + melão picado	Leite sem lactose com banana + pão de queijo vegano	Sopa de FEIJÃO (batata, mandioquinha, carne, cenoura) + couve + poston	KCAL 214 CHO 2 PTN 2 LIP 2	KCAL 236 CHO 3 PTN 3 LIP 3
Jantar 15:30H/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) + rúcula + salada de beterraba + melancia	Polenta + Frango ao molho + salada de azeitona + maçã	Sopa de FEIJÃO (batata, mandioquinha, carne, cenoura) + couve + poston	KCAL 55 CHO 5 PTN 5 LIP 5	KCAL 74 CHO 7 PTN 7 LIP 7

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

CMEI

ALUNO

DM

[Signature]

DE

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 Nº1721

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

[Signature]
Liliane Cristina Elias Bialla
Coordenadora de Nutrição

[Signature]
Liliane Cristina Elias Bialla
Coordenadora de Nutrição
CRN 15564