

SEMI LACTOSE

			QUINTA		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
			1/10/2026	2/10/2026	1/10/2026	2/10/2026	KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H			Suco de uva integral + panqueca colorida cenoura sem lactose + recheio frango	Leite sem lactose com banana + pão de queijo vegano			CHO	99	CHO	100
							PTN	25	PTN	21
							LIP	15	LIP	15
Almogo 10:30H/11:00H			Arroz, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho com mandioca + salada de alicce + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (brócolis e cenoura) + rúcula + salada de tomate + mamão			CALCIO	502	CALCIO	496
							FERRO	5	FERRO	6
Lanche 13:30H/14:00H			Leite sem lactose com banana + pão de queijo vegano	Suco de uva integral + panqueca colorida cenoura sem lactose + recheio frango			VITAMINA A	504	VITAMINA A	421
							VITAMINA C	49	VITAMINA C	50
Jantar 15:30H/16:00H			Macarrão com frango + legumes refogados (brócolis e cenoura) + mamão	Arroz com cenoura + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + melancia						
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	5/10/2026	6/10/2026	7/10/2026	8/10/2026	9/10/2026		KCAL	648	KCAL	546
Desjejum 7:30H/8:00H	loqure natural sem lactose com morango e banana batido + biscoito de polvilho sem lactose	Leite sem lactose com banana + pão de queijo vegano		Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + melão	Suco de uva integral + Panqueca de carne moída sem lactose + Bolo de banana sem açúcar com cobertura de cacau 100% (bolo padrão sem lactose)		CHO	102	CHO	115
							PTN	22	PTN	26
							LIP	17	LIP	20
Almogo 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Omelete assado + espinafre + legumes refogados (abobrinha e cenoura) + maçã	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pão de mel de peixe, salada de alicce	FERIADO	Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho, polenta + rúcula + salada de beterraba + melancia	Macarrão parafuso + Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de vagem + manga		CALCIO	408	CALCIO	506
				Leite sem lactose com banana + pão de queijo vegano	Suco de uva integral + Panqueca de carne moída + Bolo de banana sem açúcar com cobertura de cacau 100% (bolo padrão sem lactose)		FERRO	6	FERRO	6
					Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, batata, cenoura + milho + rúcula + salada de alicce + melão		VITAMINA A	605	VITAMINA A	564
					Sopa de frango + mandioca + cenoura + abobrinha + couve + manga		VITAMINA C	75	VITAMINA C	59
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + melão	loqure natural sem lactose com morango e banana batido + biscoito de polvilho sem lactose								
Jantar 15:30H/16:00H	Arroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura e milho) + rúcula + salada de alicce + melão	Polenta, Carne moída ao molho + salada de alicce + maçã								
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	12/10/2026	13/10/2026	14/10/2026	15/10/2026	16/10/2026		KCAL	601	KCAL	587
Desjejum 7:30H/8:00H			Chá de ervas doce/cidreira + biscoito de polvilho sem lactose + manga	Suco de manga integral + torta de frango com legumes sem lactose	Suco de maçã integral + salada de frutas (banana, mamão, morango)		CHO	132	CHO	110
				Arroz, Feijão carioca, Frango (salsão) ao molho, salada de alicce + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, bovina, fatia de cenoura + couve + laranja		PTN	25	PTN	22
							LIP	19	LIP	18
Almogo 10:30H/11:00H	FERIADO	RECESSO		Suco de manga integral + torta de frango com legumes sem lactose	Chá de ervas doce/cidreira + biscoito de polvilho sem lactose + manga		CALCIO	512	CALCIO	463
							FERRO	7	FERRO	7
Lanche 13:30H/14:00H				Batata refogada + Frango ao molho + couve refogada + salada de alicce + melancia	Arroz, carneleiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de tomate + melão		VITAMINA A	409	VITAMINA A	509
							VITAMINA C	61	VITAMINA C	64
Jantar 15:30H/16:00H										

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

CMEI

ALUNO

Patrícia dos Santos Alves Garcia
Mat. Funcional nº 7893, CRN nº REGIÃO Nº 1781

Ligia Marcan Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional nº 11146, CRN nº REGIÃO Nº 1781

Camille Consolino de Carvalho
Mat. Funcional nº 7894, CRN nº REGIÃO Nº 102

Laila Maria Costa da Silva
CRN nº 8193
Coordenadora Operacional

Vitoria Lima Rodrigues Luz
Matrícula 1318
Coordenadora Operacional

GABRIELA B. B. B.
CRN nº 19240

		SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
		19/10/2026		20/10/2026		21/10/2026		22/10/2026		23/10/2026		KCAL	610	Kcal	KCAL	551	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H	Vitamina de frutas (banana e morango) com leite sem lactose e aveia sem lactose + biscoito de polvilho sem lactose	Leite sem lactose com morango + panqueca de banana sem lactose com aveia sem lactose	Suco de uva integral + salada de frutas (manga, melão, uva)	Suco de uva integral + panqueca de queijo sem lactose	Suco de abacaxi natural + Ovos mexidos + Bolo de banana sem açúcar (bolo padrão sem lactose)	Suco de abacaxi natural + Ovos mexidos + Bolo de banana sem açúcar (bolo padrão sem lactose)	CHO	110	g	CHO	99	g					
Almôgo 10:30H/11:00H	Arroz integral, Feijão preto, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango (salsan), grelhado, salada de azeite + maçã	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de azeite	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + melancia	Macarrão com molho de carne moída + escarola + salada de tomate com pepino + manga	Macarrão com molho de carne moída + escarola + salada de tomate com pepino + manga	PTN	26	g	PTN	20	g					
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de uva integral + panqueca de queijo sem lactose	Suco de maçã integral + salada de frutas (manga, melão, uva)	Leite sem lactose com morango + panqueca de banana sem lactose com aveia sem lactose	Vitamina de frutas (banana e morango) com leite sem lactose e aveia sem lactose + biscoito de polvilho sem lactose	Suco de abacaxi natural + Ovos mexidos + Bolo de banana sem açúcar (bolo padrão sem lactose)	Suco de abacaxi natural + Ovos mexidos + Bolo de banana sem açúcar (bolo padrão sem lactose)	FERR	6	Mg	FERR	6	Mg					
Jantar 15:30H/16:00H	Poleia + Frango ao molho + salada de azeite + maçã	Macarrão com carne moída + Legumes refogados (brócolis e cenoura)	Arroz com cenoura + Frango ao molho + abóbora refogada + melão	Batata refogada + Carne moída ao molho + escarola + salada de tomate com pepino + manga	Arroz + FEIJÃO CARIOCA + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura e milho) + rúcula + salada de azeite + melancia	Arroz + FEIJÃO CARIOCA + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura e milho) + rúcula + salada de azeite + melancia	VITAMINA A	597	Mcg	VITAMINA A	596	Mcg					
							VITAMINA C	60	Mg	VITAMINA C	48	Mg					
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA												
	26/10/2026	27/10/2026	28/10/2026	29/10/2026	30/10/2026												
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de pêssego integral + torta de frango com legumes sem lactose	Leite sem lactose com morango + bolo de maçã sem açúcar (bolo padrão sem lactose)	Logunje natural sem lactose com morango e banana batido + biscoito de polvilho sem lactose	Suco de abacaxi natural + crepioca de queijo sem lactose + mamão			KCAL	592	Kcal	KCAL	512	Kcal					
Almôgo 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos + couve + Abóbora refogada + melão	Arroz, Feijão preto, Burreado, farofa de banana da terra + couve + salada de tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + Batata refogada + rúcula + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata salta e cenoura) + azeite + salada de azeite + maçã			PTN	15	g	PTN	17	g					
Lanche 13:30H/14:00H	Logunje natural sem lactose com morango e banana batido + biscoito de polvilho sem lactose	Suco de abacaxi natural + crepioca de queijo sem lactose + mamão	Suco de pêssego integral + torta de frango com legumes sem lactose	Leite sem lactose com morango + bolo de maçã sem lactose			LIP	10	g	LIP	10	g					
Jantar 15:30H/16:00H	Poleia com almondegas ao molho + brócolis + salada de beterraba + laranja	Arroz com cenoura + Frango ao molho + abóbora refogada + melão	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + rúcula + FEIJÃO PRETO + salada de azeite + maçã	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve + melancia			CALCIO	263	Mg	CALCIO	154	Mg					
							FERR	2	Mg	FERR	3	Mg					
							VITAMINA A	214	Mcg	VITAMINA A	236	Mcg					
							VITAMINA C	55	Mg	VITAMINA C	74	Mg					

ALUNO

CHN 819740

Vittorio Lima Anacleto Lima

Vittorio Lima Anacleto Lima