

APLV

	TERÇA 4/7/2025	QUARTA 27/2/2025	QUINTA 3/7/2025	SEXTA 4/7/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite vegetal + pão sem leite com creme vegetal	Café com leite vegetal + pão de queijo vegano	Leite vegetal com morango + bolo sem leite	Suco integral uva, sanduíche de pão sem leite + queijo vegano + tomate + alicace	KCAL 721 Kcal	KCAL 619 Kcal
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alicace + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + milho e cenoura refogados + ponkan	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alicace + caqui	Arroz, Feijão carioca, Frango (salsami) grelhado, salada de alicace + melancia	PTN 25 9 PTN 25 9	PTN 106 9
Lanche 13:30H/14:00H	Suco integral uva, sanduíche de pão sem leite + queijo vegano + tomate + alicace	Leite vegetal com morango + bolo sem leite	Café com leite vegetal + pão de queijo vegano	Chá com leite vegetal + pão sem leite com creme vegetal	LIP 22 9 LIP 21 9	LIP 25 9
Jantar 15:30H/16:00H	Risoto de frango (batata, cenoura, frango, milho) + salada de repolho com tomate + ponkan	Polenta com almondegas ao molho + salada de beterraba + maçã	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + melancia	Macarrão com carne moída + Legumes refogados (cenoura e chuchu) + caqui	CALCIO 406 Mg Mg Mg	CALCIO 396 Mg
	SEGUNDA 7/7/2025	TERÇA 8/7/2025	QUARTA 9/7/2025	SEXTA 11/7/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H					KCAL Kcal	KCAL Kcal
Almoço 10:30H/11:00H					CHO 9	CHO 9
Lanche 13:30H/14:00H					PTN 9	PTN 9
Jantar 15:30H/16:00H					LIP 9	LIP 9
	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	CALCIO Mg	CALCIO Mg
					FERRO Mg	FERRO Mg
					VITAMINA A Mcg	VITAMINA A Mcg
					VITAMINA C Mg	VITAMINA C Mg
	SEGUNDA 14/7/2025	TERÇA 15/7/2025	QUARTA 16/7/2025	QUINTA 17/7/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H					KCAL Kcal	KCAL Kcal
Almoço 10:30H/11:00H					CHO 9	CHO 9
Lanche 13:30H/14:00H					PTN 9	PTN 9
Jantar 15:30H/16:00H					LIP 9	LIP 9
	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	CALCIO Mg	CALCIO Mg
					FERRO Mg	FERRO Mg
					VITAMINA A Mcg	VITAMINA A Mcg
					VITAMINA C Mg	VITAMINA C Mg

Observações: Pães, Biscoitos, Bolos, Farinhas, Cereais (aveia) sem traços de leite. Utilizar leite vegetal, creme vegetal substituindo a margarina/manteiga. Laticínios Veganos.

CMEI

ALUNO

Patricia dos Santos Alves Garcia  
Matr. Funcional nº 7893 CRN 8 REGIÃO Nº1781

Ligia Mariana Toledo Faria Vicente  
Matr. Funcional nº 11146 CRN 8 REGIÃO Nº2321

Carmine Consuelo de Carvalho  
Matr. Funcional nº 7894 CRN 8 REGIÃO Nº1102

Letícia Ferreira Gomes Baidas  
CRN 8 6593  
Cachoeira de Foz de Iguaçu

Letícia de Souza  
CRN 15464

APLV									
	SEGUNDA 21/7/2025	TERÇA 22/7/2025	QUARTA 23/7/2025	QUINTA 24/7/2025	SEXTA 25/7/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL			
						MANHÃ		TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H		Suco integral de maçã + bolo sem leite + maçã	Logurte de morango vegano + biscoito doce integral sem leite + banana	Café com leite vegetal + pão sem leite + queijo vegano/creme vegetal	Suco de maracujá + Pão sem leite com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	KCAL	719	Kcal	KCAL
Almogo 10:30H/11:00H	RECESSO	Arroz, colíndio, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe + salada de alface	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho, Pirão de carne + salada de beterraba + ponkan	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura e couve flor) + caqui	Macaráo com molho de carne moída + salada de cenoura + melão	PTN	25	g	PTN
Lanche 13:30H/14:00H		Chá com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite + mamão	Suco integral de maçã + bolo sem leite + maçã	Logurte de morango vegano + biscoito doce integral sem leite + banana	Suco de maracujá + Pão sem leite com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	LIP	21	g	LIP
Jantar 15:30H/16:00H		Arroz com brócolis + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + melão	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata)	Arroz, carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de tomate com pepino + ponkan	Polenta + Frango ao molho desfiado, salada de acelga + caqui	CALCIO	386	Mg	CALCIO
						FERRO	7	Mg	FERRO
	SEGUNDA 28/7/2025	TERÇA 29/7/2025	QUARTA 30/7/2025	QUINTA 31/7/2025		VITAMINA A	602	Mcg	VITAMINA A
						VITAMINA C	59	Mg	VITAMINA C
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite + mamão		Vitamina de banana e abacate com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite	Suco de acerola + pão sem leite com frango desfiado ao molho + melão		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	653	Kcal	KCAL
Almogo 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (batata e cenoura) + salada de acelga com tomate + melancia	FERIADO	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) ao molho, salada de alface + mamão	Arroz, Feijão preto, Barrado, Farofa de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja		CHO	108	g	CHO
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de acerola + pão sem leite com frango desfiado ao molho + melão		Suco de maracujá + pão sem leite com requieijo vegano	Vitamina de banana e abacate com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite		PTN	19	g	PTN
Jantar 15:30H/16:00H	Sopa de feijão (batata, mandioquinha, carne, cenoura) + couve + laranja		Polenta + Carne moída ao molho + salada de acelga + melancia	Arroz com cenoura + Frango ao molho + abobora refogada + mamão		LIP	13	g	LIP
						CALCIO	216	Mg	CALCIO
						FERRO	3	Mg	FERRO
						VITAMINA A	306	Mcg	VITAMINA A
						VITAMINA C	56	Mg	VITAMINA C

Observações: Pães, Biscoitos, Bolos, Farinhas, Cereais (aveia) sem traços de leite. Utilizar leite vegetal, creme vegetal substituindo a margarina/manteiga. Laticínios Veganos.

CMEI

ALUNO

Assinaturas e rubricas dos responsáveis e nutricionista.