

SEM OVO

		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
		11/12/2025	21/12/2025	31/12/2025	4/11/2025				
Desjejum 7:30H/8:00H		Chá com leite + pão sem ovo com manteiga	Café com leite + pão de queijo vegano	Leite com morango + bolo sem ovo	Suco integral uva, sanduiche de pão sem ovo + queijo + tomate + alicace	KCAL	752	KCAL	612
						CHO	115		CHO
						PTN	23		PTN
						LIP	18		LIP
Almogo 10:30H/11:00H		Arroz integral, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alicace + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoca) + creme de milho + pontian	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alicace + caqui	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassani) grelhado, salada de aceliga + melancia		9		9
							9		9
Lanche 13:30H/14:00H		Suco integral uva, sanduiche de pão sem ovo + queijo + tomate + alicace	Leite com morango + bolo sem ovo	Café com leite + pão de queijo vegano	Chá com leite + pão sem ovo com manteiga	CALCIO	485		CALCIO
						FERRO	5		FERRO
Jantar 16:30H/16:00H		Risolo de frango (batata, cenoura, frango, milho) + salada de repolho com tomate + pontkan	Polenta com almondegas sem ovo ao molho + salada de beterraba + maçã	Sopa de frango + mandioca+ beterraba + abobrinha + melancia	Macerado sem ovo com carne moída + Legumes relogiados (cenoura e chuchu) + caqui	VITAMINA A	473		VITAMINA A
						VITAMINA C	48		VITAMINA C
	SEGUNDA	7/11/2025	8/11/2025	9/11/2025	11/11/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H						KCAL		KCAL	
						CHO	9		CHO
						PTN	9		PTN
						LIP	9		LIP
Almogo 10:30H/11:00H						CALCIO			CALCIO
						FERRO			FERRO
Lanche 13:30H/14:00H						VITAMINA A			VITAMINA A
						VITAMINA C			VITAMINA C
Jantar 16:30H/16:00H									
	SEGUNDA	14/11/2025	15/11/2025	16/11/2025	18/11/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H						KCAL		KCAL	
						CHO	9		CHO
						PTN	9		PTN
						LIP	9		LIP
Almogo 10:30H/11:00H						CALCIO			CALCIO
						FERRO			FERRO
Lanche 13:30H/14:00H						VITAMINA A			VITAMINA A
						VITAMINA C			VITAMINA C
Jantar 16:30H/16:00H									

Observações: Pães, Biscoitos, Bolos, Farinha de trigo, Cereais (aveia) sem traços de ovos.

CMEI

ALUNO

Patricia dos Santos Alves Garcia

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente

Camille Consentino de Carvalho

Mat. Funcional nº 7893 CRN 8ª REGIÃO Nº 1781

N^o 2321

Mat. Funcional n.º 7894 CRN 8.º RIGIÃO N.º 1102

Edição Correia Costa S10114
CIN 8 4103
Coordenador Operacional

Luís de Sousa Medeiros
Nutricionista
CRM 15644

SEM OVO

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		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE							
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco integral de maçã + bolo sem ovo + maçã	logurte de morango + biscoito doce integral sem ovo + banana	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho, Pirão do molho de carne + salada de beterraba + pontkan	Café com leite + pão sem ovo + queijomargarina	Suco de maracujá + pão sem ovo com frango destilado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem ovo	KCAL	712	Kcal	KCAL	701	Kcal				
						CHO	110	g	CHO	100	g				
						PTN	24	g	PTN	20	g				
						LIP	20	g	LIP	18	g				
						CALCIO	406	Mg	CALCIO	493	Mg				
Lanche 13:30H/14:00H	RECESSO	Chá com leite + biscoito doce integral sem ovo + mamão	Suco integral de maçã + bolo sem ovo + maçã	logurte de morango + biscoito doce integral sem ovo + banana	Suco de maracujá + pão sem ovo com frango destilado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem ovo	FERRO	5	Mg	FERRO	4	Mg				
						VITAMINA A	398	Mcg	VITAMINA A	502	Mcg				
						VITAMINA C	46	Mg	VITAMINA C	49	Mg				
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE				
						KCAL	699	Kcal	KCAL	513	Kcal				
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite + biscoito doce integral sem ovo + mamão	Vitamina de banana e abacate + biscoito doce integral sem ovo	Suco de acerola + pão sem ovo com frango destilado ao molho + melão	Arroz, Feijão preto, Barreado, Farofa de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja	Vitamina de banana e abacate + biscoito doce integral sem ovo	CHO	124	g	CHO	98	g				
						PTN	20	g	PTN	19	g				
						LIP	15	g	LIP	12	g				
						CALCIO	215	Mg	CALCIO	196	Mg				
						FERRO	4	Mg	FERRO	3	Mg				
Almooço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (batata e cenoura) + salada de acelga com tomate + melancia	FERIADO	Suco de maracujá + pão sem ovo com requeijão	Arroz, Feijão preto, Bandedo, Farofa de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja	VITAMINA A	296	Mcg	VITAMINA A	231	Mcg					
						VITAMINA C	63	Mg	VITAMINA C	115	Mg				
						Observações: Pães, Biscoitos, Bolos, Farinha de trigo, Cereais (aveia) sem traços de ovos.									
						CMEI									
						ALUNO									

Observações: Pães, Biscoitos, Bolos, Farinha de trigo, Cereais (aveia) sem traços de ovos.

Patricia dos Santos Alves Garcia

Matr Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente

Matr Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321

Camile Consistent de Carvalho

Matr Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

Adriana Gomes Costa Bello

CRN 3.680

Coordenadora Operacional

Leila de Souza Almeida

Coordenadora Nutricional

CRN 15644