

## APLV

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE				
	3/3/2025	4/3/2025	5/3/2025	6/3/2025	7/3/2025							
Desjejum 7:30H/8:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	lógure de morango vegano + Salada de frutas (kiwi, maçã e mamão) com aveia sem leite	Leite vegetal com banana + bolo sem leite	KCAL	794	KCAL	643			
							CHO	99	CHO	80		
							Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (abóbora e vagem) + salada de beterraba + mamão	Arroz, Feijão preto + bolinho de carne ao molho + salada acalga + melancia	PTN	38	PTN	29
									LIP	68	LIP	64
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	Suco de morango + torti de frango com legumes sem leite + banana	lógure de morango vegano + Salada de frutas (kiwi, maçã e mamão) com aveia sem leite	CALCIO	376	CALCIO	313			
							FERRO	4	FERRO	2		
				Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de alicce + melancia	Polenta + Frango ao molho + salada de repolho + mamão	VITAMININA A	317	Mg	VITAMININA A	326	Mg	
						VITAMININA C	33	Mg	VITAMININA C	40	Mg	
Jantar 16:00H/16:30H	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE				
	10/3/2025	11/3/2025	12/3/2025	13/3/2025	14/3/2025							
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite vegetal + biscoito salgado integral sem leite + laranja	Suco de abacaxi natural + pão hot dog sem leite com ovo + maçã	Café com leite vegetal + pão de queijo vegano	Suco maracujá + pão fatiado integral sem leite com requeijão vegano + mamão		KCAL	690	KCAL	590			
						CHO	81	CHO	81			
Almoço 10:30H/11:00H	Macarrão parafuso + Frango ao molho destiado + salada de tomate + maçã	Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + laranja	Arroz, Feijão preto, Omelete assado + legumes refogados (abóbora e chuchu) + melancia	Arroz colorido, Feijão carioca, Quibe assado + espinafre + salada repolho + pera	PLANEJAMENTO	PTN	31	PTN	23			
						LIP	17	LIP	19			
						CALCIO	195	CALCIO	188			
						FERRO	4	FERRO	2			
						VITAMININA A	395	VITAMININA A	409			
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de feijão (batata, mandioquinha, carne, cenoura) + couve + melão	Risoto de frango (cenoura, batata ,milho, frango) + ricula + salada de pepino com tomate + maçã	Polenta com aipondegas ao molho + salada de beterraba	Purê de batatas sem leite + Frango ao molho + salada de alicce + abacaxi	VITAMININA C	34	Mg	VITAMININA C	48			
OBSERVAÇÕES: Não ofertar leite, substituir por leite vegetal. Pão, biscoito e bolo, sem leite, requeijão, lógure e queijo vegano, creme vegetal.												
CMEI					ALUNO							

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

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente  
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º  
REGIÃO Nº2321

Camile Consentino de Carvalho  
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO  
Nº1102

Edilaine Costa Costa Siqueira  
CRN 8 6563  
Coordenadora Operacional

Leite de soja  
Nutricionista  
CRN 15644



100

MÉDIA SEMANAL NUTRICIONAL		MÉDIA SEMANAL NUTRICIONAL	
Kcal	5	KCAL	5
g	CHO	7	CHO
g	PTN	2	PTN
g	LIP	1	LIP
Mg	CALCIO	2	CALCIO
Mg	FERRO		FERRO
Mg	VITAMINA A	3	VITAMINA A
Mg	VITAMINA C	9	VITAMINA C
MÉDIA SEMANAL NUTRICIONAL		MÉDIA SEMANAL NUTRICIONAL	
Kcal	5	KCAL	5
g	CHO		CHO
g	PTN		PTN
g	LIP		LIP
Mg	CALCIO		CALCIO
Mg	FERRO		FERRO
Mg	VITAMINA A		VITAMINA A
Mg	VITAMINA C		VITAMINA C

---

ALUNO

CRN 15646