

APLV

						SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ
						18/8/2025			
MERENDA MANHÃ 10h						Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + porrikan	KCAL 661 CHO 106 PTN 23 LIP 14	KCAL 661 CHO 106 PTN 23 LIP 14	KCAL 661 CHO 106 PTN 23 LIP 14
MERENDA TARDE 15h						Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + porrikan	PTN 23 LIP 14	PTN 23 LIP 14	PTN 23 LIP 14
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA				
	4/8/2025	5/8/2025	6/8/2025	7/8/2025	8/8/2025				
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Suco de abacaxi natural + pão sem leite com ovo + melancia	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + cenoura e milho refogado + maçã	CONSELHO DE CLASSE		KCAL 775 CHO 110 PTN 23 LIP 18	KCAL 775 CHO 110 PTN 23 LIP 18	KCAL 775 CHO 110 PTN 23 LIP 18
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Suco de abacaxi natural + pão sem leite com ovo + melancia	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + cenoura e milho refogado + maçã					
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA				
	11/8/2025	12/8/2025	13/8/2025	14/8/2025	15/8/2025				
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, Abóbora refogada + melão	Arroz, Feijão carioca, Carne moída com legumes (abobrinha e cenoura), salada de alface + maçã	Café com leite vegetal + pão de queijo vegano	Macarrão com molho de carne moída + salada de beterraba + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, Jardineira de legumes (batata salsa, brócolis e cenoura) + mamão		KCAL 756 CHO 120 PTN 20 LIP 17	KCAL 756 CHO 120 PTN 20 LIP 17	KCAL 756 CHO 120 PTN 20 LIP 17
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, Abóbora refogada + melão	Arroz, Feijão carioca, Carne moída com legumes (abobrinha e cenoura), salada de alface + maçã	Café com leite vegetal + pão de queijo vegano	Macarrão com molho de carne moída + salada de beterraba + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, Jardineira de legumes (batata salsa, brócolis e cenoura) + mamão				
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA				
	18/8/2025	19/8/2025	20/8/2025	21/8/2025	22/8/2025				
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz colorido, Feijão preto, Quibe assado, salada repolho + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) ao molho, salada de alface + porrikan	Café com leite vegetal + pão sem leite com queijo vegano/creme vegetal	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (abobrinha e chuchu), salada de cenoura + laranja	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída) + salada de beterraba + maçã		KCAL 652 CHO 98 PTN 20 LIP 16	KCAL 652 CHO 98 PTN 20 LIP 16	KCAL 652 CHO 98 PTN 20 LIP 16
MERENDA TARDE 15h	Arroz colorido, Feijão preto, Quibe assado, salada repolho + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) ao molho, salada de alface + porrikan	Café com leite vegetal + pão sem leite com queijo vegano/creme vegetal	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (abobrinha e chuchu), salada de cenoura + laranja	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída) + salada de beterraba + maçã				
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA				
	25/8/2025	26/8/2025	27/8/2025	28/8/2025	29/8/2025				
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados (chuchu e cenoura) + melão	Arroz, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho, salada de acelga + maçã	Leite vegetal com morango + Bolo sem leite	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Suco de abacaxi natural + Pão sem leite c/ carne moída ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite		KCAL 532 CHO 82 PTN 19 LIP 13	KCAL 532 CHO 82 PTN 19 LIP 13	KCAL 532 CHO 82 PTN 19 LIP 13
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados (chuchu e cenoura) + melão	Arroz, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho, salada de acelga + maçã	Leite vegetal com morango + Bolo sem leite	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Suco de abacaxi natural + Pão sem leite c/ carne moída ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite				
Observações: Pães, Biscoitos, Bolos, Farinhas, Cereais (avida) sem traços de leite. Utilizar leite vegetal, Laticínios Veganos.									
ESCOLA					ALUNO				

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

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente  
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º  
REGIAO Nº2321

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

6/8/25

Assinatura Carina Costa Sistiola  
CRN 8 010  
Coordenadora Operacional

Assinatura de Mariana de Jesus  
Mariane de Jesus  
CRN 15544