

DIABETES

MERCADINHO	MERCADINHO	MERCADINHO	MERCADINHO	MERCADINHO	MERCADINHO	MERCADINHO	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE					
							KCAL	Kcal	KCAL	Kcal				
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS			14/4/2026	Suco integral de uva + pão integral com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo diet + pipoca	2/4/2026	Café com leite desnatado e adoçante + pão de queijo vegano	10/4/2026	KCAL	843	KCAL	843	Kcal	9	
								CHO	132	CHO	132	9		
MERENDA MANHÃ 10 HORAS			14/4/2026	Margarina integral parafuso + Frango desfiado ao molho + salada de repolho com tomate + melão	RECESSO	Arroz integral, Feijão preto, Ovos mexidos + abobora refogada + maçã	Leite desnatado com morango e adoçante + bolo diet	PTN	25	PTN	25	9		
									LIP	20	LIP	20	9	
Lanche 13:20H/13:40 HORAS			14/4/2026	Suco integral de uva + pão integral com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo diet + pipoca	FERRADO	Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura), salada de brócolis + caqui	Leite desnatado com morango e adoçante + bolo diet	PTN	25	PTN	25	9		
									LIP	20	LIP	20	9	
MERENDA TARDE 15:30 HORAS			14/4/2026	Margarina integral parafuso + Frango desfiado ao molho + salada de repolho com tomate + melão	SEXTA	Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura), salada de brócolis + caqui	Leite desnatado com morango e adoçante + bolo diet	PTN	25	PTN	25	9		
									LIP	20	LIP	20	9	
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	SEGUNDA	6/4/2026	TERÇA	7/4/2026	QUARTA	8/4/2026	QUINTA	9/4/2026	SEXTA	10/4/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
											KCAL	874	KCAL	874
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Arroz integral, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + ponkan	Arroz integral, Feijão preto, Frango (salsami) grelhado, salada de açaí + melão	Arroz integral, Feijão preto, Ovos mexidos + abobora refogada + maçã	Café com leite desnatado e adoçante + pão de queijo vegano	Arroz integral, Feijão preto, Almondégas bovina ao suco, salada de repolho + abacaxi	Leite desnatado com morango e adoçante + bolo diet	PTN	25	PTN	25	9		
									LIP	19	LIP	19	9	
Lanche 13:20H/13:40 HORAS	MERENDA TARDE 15:30 HORAS	Arroz integral, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + ponkan	Arroz integral, Feijão preto, Frango (salsami) grelhado, salada de açaí + melão	Arroz integral, Feijão preto, Ovos mexidos + abobora refogada + maçã	Café com leite desnatado e adoçante + pão de queijo vegano	Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura), salada de brócolis + caqui	Leite desnatado com morango e adoçante + bolo diet	PTN	25	PTN	25	9		
									LIP	19	LIP	19	9	
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	SEGUNDA	13/4/2026	TERÇA	14/4/2026	QUARTA	15/4/2026	QUINTA	16/4/2026	SEXTA	17/4/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
											KCAL	856	KCAL	856
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Leite desnatado com banana e adoçante + biscoito de polvilho	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão integral com ovo + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Frango (salsami) grelhado, salada de açaí + melão	Arroz integral, Feijão preto, Frango (salsami) grelhado, salada de açaí + melão	Arroz integral, Feijão preto, Frango (salsami) grelhado, salada de açaí + melão	Café com leite desnatado e adoçante + pão integral + queijo light/margarina light	Café com leite desnatado e adoçante + pão integral + queijo light/margarina light	CHO	135	CHO	135	9	
										LIP	15	LIP	15	9
Lanche 13:20H/13:40 HORAS	MERENDA TARDE 15:30 HORAS	Leite desnatado com banana e adoçante + biscoito de polvilho	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão integral com ovo + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Frango (salsami) grelhado, salada de açaí + melão	Arroz integral, Feijão preto, Frango (salsami) grelhado, salada de açaí + melão	Arroz integral, Feijão preto, Frango (salsami) grelhado, salada de açaí + melão	Café com leite desnatado e adoçante + pão integral + queijo light/margarina light	Café com leite desnatado e adoçante + pão integral + queijo light/margarina light	PTN	25	PTN	25	9	
										LIP	15	LIP	15	9

Observação: Adoçante Sucralose ou Stevia

ESCOLA EVA

ALUNO

Patícia dos Santos Alves Fucini
 Lígia Mônica Toledo Pinna Vecente
 Camille Consuelo de Carvalho

Mat. Funcional nº 7893/CRN 8- RIEGAO N°1781
 Mat. Funcional nº 11146/CRN 8- RIEGAO N°2321
 Mat. Funcional nº 7891/CRN 8- RIEGAO N°1102

Laboratório de Análises
 Laboratório de Análises
 Laboratório de Análises



ESCOLA ENSINO ESPECIAL EVA CAVANI – CARDÁPIO ABRIL/2026



DIABETES

	SEGUNDA 20/4/2026	TERÇA 21/4/2026	QUARTA 22/4/2026	QUINTA 23/4/2026	SEXTA 24/4/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS			Yogurte de morango desnatado diet + salada de frutas (kiwi, maçã e banana)	Suco de péssigo integral + bauri de forno com pão integral e queijo light + melão	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo diet	821	9	821	9
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	RECESSO	FENADO	Arroz integral, feijão preto, barreado, pirão de carne + banana da terra assada + salada tomate e cebola + laranja	Arroz integral, feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + maçã	Macarão integral com molho de carne moída, salada de repolho com tomate + melancia	115	9	115	9
Lanche 13:20H/13:40 HORAS			Ingurte de morango desnatado diet + salada de frutas (kiwi, maçã e banana)	Arroz integral, feijão preto, barreado, pirão de carne + banana da terra assada + salada tomate e cebola + laranja	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo diet	20	9	20	9
MERENDA TARDE 15:30 HORAS			Arroz integral, feijão preto, barreado, pirão de carne + banana da terra assada + salada tomate e cebola + laranja	Arroz integral, feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + maçã	Macarão integral com molho de carne moída, salada de repolho com tomate + melancia	17	9	17	9
	SEGUNDA 27/4/2026	TERÇA 28/4/2026	QUARTA 29/4/2026	QUINTA 30/4/2026		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com requeijão light	Café com leite desnatado e adoçante + bolo diet	Vitamina de abacate e banana com leite desnatado e adoçante + biscoito doce integral diet	Suco de morango com adoçante + pão integral com leite de frango com requeijão light + mamão		770	9	770	9
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Arroz integral, feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (abobrinha e cenoura) + melão	Arroz colorido, feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz integral, feijão carioca, Frango ao molho + jardineira de legumes (cenoura, batata e brócolis) + melancia	Arroz integral, feijão preto, Carne bovina cozida no molho + pirão de carne + salada de beterraba + caqui		124	9	124	9
Lanche 13:20H/13:40 HORAS	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com requeijão light	Café com leite desnatado e adoçante + bolo diet	Vitamina de abacate e banana com leite desnatado e adoçante + biscoito doce integral diet	Suco de morango com adoçante + pão integral com leite de frango com requeijão light + mamão		24	9	24	9
MERENDA TARDE 16:30 HORAS	Arroz integral, feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (abobrinha e cenoura) + melão	Arroz colorido, feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz integral, feijão carioca, Frango ao molho + jardineira de legumes (cenoura, batata e brócolis) + melancia	Arroz integral, feijão preto, Carne bovina cozida no molho + pirão de carne + salada de beterraba + caqui		21	9	21	9

ESCOLA EVA

ALUNO

Observação: Adoçante Sucralose ou Stevia

Patricia dos Santos Alves Garcia
Ligia Marichia de Oliveira Lima Vicente
Camille Consistino de Carvalho

Matr. Funcional nº 7893 CRN 8 REGIÃO N°7381
Matr. Funcional nº 11146 CRN 8 REGIÃO N°2321
Matr. Funcional nº 7894 CRN 8 REGIÃO N°1102

Escola Especial EVA CAVANI
R. dos Índios, 15544
Cidade de Rios de Janeiro, RJ

Escola Especial EVA CAVANI
R. dos Índios, 15544
Cidade de Rios de Janeiro, RJ