

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
		23/2026	30/2026	4/2026	6/2026	6/2026	KCAL	697	Kcal	KCAL	424	Kcal
DESJEJUM 7:30H/8:00H	Suco integral de uva, sanduíche de pão faliado + queijo + tomate + alicae	Café com leite + bolo de laranja	Vitamina de frutas (banana + morango) + biscoito doce integral	Suco de maracujá + pão faliado integral com requeijo	Chá com leite + biscoito doce/salgado integral + banana		CHO	105	g	CHO	72	g
MERENDA MANHÃ 10h	Aroz, Feijão carioca, Frango (salsam) ao molho, salada de alicae + melão	Aroz, Feijão preto, Ovos mexidos + abobora refogada + laranja	Aroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de pepino com tomate + mamão	Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batata + salada de brócolis + melancia	Aroz + Feijão carioca + Frango (salsam) grelhado + salada de alicae + maçã		PTN	23	g	PTN	13	g
MERENDA TARDE 15h							LIP	21	g	LIP	10	g
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
	9/2026	10/2026	11/2026	12/2026	13/2026		KCAL	679	Kcal	KCAL	385	Kcal
DESJEJUM 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural + pão com ovo + manga	Leite com morango + Bolo cenoura sem cobertura	Suco de pêssego integral + pão com patê de frango com requeijo + banana	Logurte de morango + salada de frutas (kiwi, maçã e manga) com aveia	Café com leite + biscoito doce/salgado integral + melão		CHO	98	g	CHO	65	g
MERENDA MANHÃ 10h	Aroz, Feijão preto, Burreado, pirão de carne + banana da terra assada + salada de tomate e cebola + laranja	Aroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (abobora e chuchu) + melancia	Aroz, Feijão preto, Almondias de carne ao molho + salada repolho + maçã	Aroz, Feijão carioca, Frango (salsam) ao molho + salada de alicae + melão	Macarrão com molho de carne moída + salada de beterraba + pera		PTN	23	g	PTN	10	g
MERENDA TARDE 15h							LIP	22	g	LIP	9	g
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
	16/2026	17/2026	18/2026	19/2026	20/2026		KCAL	679	Kcal	KCAL	473	Kcal
DESJEJUM 7:30H/8:00H	Vitamina de frutas (banana + abacae) + biscoito doce integral	Suco de manga + bolo de fuba + melão	Suco integral de uva, sanduíche de pão faliado + queijo + tomate + alicae	Leite com banana + biscoito de polvilho	Café com leite + pão de cenoura + queijo/margarina		CHO	106	g	CHO	81	g
MERENDA MANHÃ 10h	Aroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (chuchu + cenoura) + manga	Aroz, Feijão preto + Bolinho de carne ao molho + salada alicae + melancia	Aroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alicae	Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho + potente + salada de cenoura + maçã	Aroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + goiaba		PTN	25	g	PTN	14	g
MERENDA TARDE 15h							LIP	17	g	LIP	11	g
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
	23/2026	24/2026	25/2026	26/2026	27/2026		KCAL	710	Kcal	KCAL	474	Kcal
DESJEJUM 7:30H/8:00H	Chá com leite + pão de milho + manteiga	Suco de pêssego integral + Bauru de forno + banana	Café com leite + pão de queijo	Logurte morango + biscoito doce integral + banana	Chá com leite + biscoito salgado integral + melancia		CHO	121	g	CHO	75	g
MERENDA MANHÃ 10h	Aroz, Feijão carioca, Frango ao molho + jardineira de legumes (abobrinha + brócolis + cenoura) + pera	Aroz, Feijoad com cubos de carne bovina + pirão de feijão + salada de cenoura + laranja	Aroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoca) + purê de batatas + melão	Aroz, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho com mandioca + salada de alicae + maçã	Suco de maracujá + Pão de leite com carne moída ao molho, alicae, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura		PTN	23	g	PTN	18	g
MERENDA TARDE 15h							LIP	15	g	LIP	11	g
	SEGUNDA	TERÇA					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
	30/2026	31/2026					KCAL	820	Kcal	KCAL	512	Kcal
DESJEJUM 7:30H/8:00H	Leite com cacau 70% + pão faliado integral com requeijo	Café com leite + biscoito polvilho + banana					CHO	49	g	CHO	86	g
							PTN	12	g	PTN	20	g
MERENDA MANHÃ 10h	Aroz, Feijão carioca, Frango (salsam) grelhado + salada de alicae + melancia	Aroz colorido, Feijão preto, Peixe grelhado + salada de alicae					LIP	9	g	LIP	11	g
MERENDA TARDE 15h												
Observações:												
CMEI												
ALUNO												