



SEMI LACTOSE


|                                  | SEGUNDA<br>18/05/2026                                                                            | TERÇA<br>19/05/2026                                                                       | QUARTA<br>20/05/2026                                                                   | QUINTA<br>21/05/2026                                                                                 | SEXTA<br>22/05/2026                                                                                                               | MÉDIA SEMANAL VALORES NUTRICIONAIS FAMÍLIA | MÉDIA SEMANAL VALORES NUTRICIONAIS YARDE |
|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|------------------------------------------|
| Desjejum 7:30H/7:40 HORAS        | Vitamina de frutas (abacaxi + banana) com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose | Suco de manga + Bolo de leite sem lactose + mandioca                                      | Suco de melancia + pão sem lactose com patê de frango com requieijo sem lactose + maçã | Legume de morango sem lactose + biscoito doce integral sem lactose + banana                          | Leite sem lactose com castaú (100%) + pão sem lactose com requieijo sem lactose                                                   | KCAL 813                                   | KCAL 813                                 |
| MERENDA MANHÃ 10 HORAS           | Arroz integral, Feijão preto, Ovos Moedos + abóbora ralada + melão                               | Arroz, Feijão carioca, Frango (salsinha) ao molho + salada de alface + melancia           | Arroz, Feijão preto, Bifeinho de carne ao molho, salada de cenoura + pontão            | Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brocolis, cenoura e abobrinha) + maçã | Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + cenoura                                              | CHO 113                                    | CHO 113                                  |
| MERENDA TARDE 12:30H/13:00 HORAS | Arroz integral, Feijão preto, Ovos Moedos + abóbora ralada + melão                               | Arroz, Feijão carioca, Frango (salsinha) ao molho + salada de alface + melancia           | Arroz, Feijão preto, Bifeinho de carne ao molho, salada de cenoura + pontão            | Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brocolis, cenoura e abobrinha) + maçã | Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + cenoura                                              | PTN 22                                     | PTN 22                                   |
| LANCHE TARDE 15:00 HORAS         | Vitamina de frutas (abacaxi + banana) com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose | Suco de manga + Bolo de leite sem lactose + mandioca                                      | Suco de melancia + pão sem lactose com patê de frango com requieijo sem lactose + maçã | Legume de morango sem lactose + biscoito doce integral sem lactose + banana                          | Leite sem lactose com castaú (100%) + pão sem lactose com requieijo sem lactose                                                   | LP 14                                      | LP 14                                    |
|                                  | <b>SEGUNDA</b><br>20/05/2026                                                                     | <b>TERÇA</b><br>21/05/2026                                                                | <b>QUARTA</b><br>22/05/2026                                                            | <b>QUINTA</b><br>23/05/2026                                                                          | <b>SEXTA</b><br>24/05/2026                                                                                                        | MÉDIA SEMANAL VALORES NUTRICIONAIS MANHÃ   |                                          |
| Desjejum 7:30H/7:40 HORAS        | Café com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose + banana                         | Suco integral laranja, sanduícho de pão sem lactose + queijo sem lactose + leite + alface | Café com leite sem lactose + pão de queijo vegano                                      | Suco de manga + pão sem lactose com requieijo sem lactose                                            | Suco de abacaxi natural + Pão sem lactose com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura e sem lactose | KCAL 703                                   | KCAL 703                                 |
| MERENDA MANHÃ 10 HORAS           | Arroz, Feijão carioca, Salsinha ao molho com cenoura + salada de brócolis + cenoura              | Arroz cozido, Feijão preto, Favea ao molho, Fritada de molho de peixe + salada de alface  | Arroz, Feijão carioca, Frango (salsinha) grelhado + salada de cenoura + manga          | Arroz, Feijão preto, Burreado, Iogurte de banana da terra + salada tomate e cebola + frango          | Mixarido parafuso + Frango ao molho desfiado + salada de beterraba + melancia                                                     | CHO 115                                    | CHO 115                                  |
| MERENDA TARDE 12:30H/13:00 HORAS | Arroz, Feijão carioca, Salsinha ao molho com cenoura + salada de brócolis + cenoura              | Arroz cozido, Feijão preto, Favea ao molho, Fritada de molho de peixe + salada de alface  | Arroz, Feijão carioca, Frango (salsinha) grelhado + salada de cenoura + manga          | Arroz, Feijão preto, Burreado, Iogurte de banana da terra + salada tomate e cebola + frango          | Mixarido parafuso + Frango ao molho desfiado + salada de beterraba + melancia                                                     | PTN 27                                     | PTN 27                                   |
| LANCHE TARDE 15:00 HORAS         | Café com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose + banana                         | Suco integral laranja, sanduícho de pão sem lactose + queijo sem lactose + leite + alface | Café com leite sem lactose + pão de queijo vegano                                      | Suco de manga + pão sem lactose com requieijo sem lactose                                            | Suco de abacaxi natural + Pão sem lactose com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura e sem lactose | LP 14                                      | LP 14                                    |
|                                  | MÉDIA SEMANAL VALORES NUTRICIONAIS TARDE                                                         |                                                                                           |                                                                                        |                                                                                                      |                                                                                                                                   | KCAL 703                                   | KCAL 703                                 |

ESCOLA PARCIAL ILHAS

Observações: Pães, Biscoitos, Bolos, Faminhas, Cereais (aveia) sem traços de lactose. Utilizar leite sem lactose. Laticínios sem lactose.

ALUNO

  
Patrícia dos Santos Alves Gasun  
Mãe Responsável nº 2991.025.8º BR/AL/0.01781

  
Irgas Maria T. Machado Viana Vicente  
Mãe Responsável nº 11116.025.8º BR/AL/0.02231

  
Camille Constantino de Carvalho  
Mãe Responsável nº 2991.025.8º BR/AL/0.01710

  
Larissa Carolina Frazão de Almeida  
Mãe Responsável nº 2991.025.8º BR/AL/0.01710

  
Larissa Carolina Frazão de Almeida  
Mãe Responsável nº 2991.025.8º BR/AL/0.01710