

ESCOLA PARCIAL ILHAS - CARDÁPIO AGOSTO/2026

Rádio Iolândia

SEM LACTOSE

	SEGUNDA 3/8/2026	TERÇA 4/8/2026	QUARTA 5/8/2026	QUINTA 6/8/2026	SEXTA 7/8/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Café com leite sem lactose + sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alicace	Arroz, Feijão preto, Barrado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, pirão do molho de peixe, salada de alicace	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de acelga + banana	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + portkan	KCAL 841	KCAL 841
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoca) + batata refogada + maçã	Arroz, Feijão preto, Barrado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, pirão do molho de peixe, salada de alicace	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de acelga + banana	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + portkan	CHO 126	CHO 126
MERENDA TARDE 12:30H/13:00 HORAS	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoca) + batata refogada + maçã	Arroz, Feijão preto, Barrado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, pirão do molho de peixe, salada de alicace	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de acelga + banana	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + portkan	PTN 25	PTN 25
LANCHE TARDE 15:00 HORAS	Café com leite sem lactose + sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alicace	Arroz, Feijão preto, Barrado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, pirão do molho de peixe, salada de alicace	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de acelga + banana	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + portkan	LIP 20	LIP 20
	SEGUNDA 10/8/2026	TERÇA 11/8/2026	QUARTA 12/8/2026	QUINTA 13/8/2026	SEXTA 14/8/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão sem lactose com manteiga sem lactose + portkan	Café com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose + banana	Leite sem lactose com cacau (100%) + sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alicace	Café com leite sem lactose + pão de queijo vegano	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão sem lactose com patê de frango com requeijo sem lactose + mamão	KCAL 865	KCAL 865
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alicace + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango (salsami) grelhado, salada de acelga + melancia	Arroz colorido, Feijão preto, Almondegas bovina ao suco, salada de repolho com tomate + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (batata, brócolis e cenoura) + mamão	Arroz, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho com mandioca + salada de alicace + laranja	CHO 121	CHO 121
MERENDA TARDE 12:30H/13:00 HORAS	Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alicace + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango (salsami) grelhado, salada de acelga + melancia	Arroz colorido, Feijão preto, Almondegas bovina ao suco, salada de repolho com tomate + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (batata, brócolis e cenoura) + mamão	Arroz, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho com mandioca + salada de alicace + laranja	PTN 26	PTN 26
LANCHE TARDE 15:00 HORAS	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão sem lactose com manteiga sem lactose + portkan	Café com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose + banana	Leite sem lactose com cacau (100%) + sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alicace	Café com leite sem lactose + pão de queijo vegano	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão sem lactose com patê de frango com requeijo sem lactose + mamão	LIP 19	LIP 19
	SEGUNDA 17/8/2026	TERÇA 18/8/2026	QUARTA 19/8/2026	QUINTA 20/8/2026	SEXTA 21/8/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Ingurte de morango sem lactose + biscoito doce integral sem lactose + banana	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão sem lactose com requeijo sem lactose	Café com leite sem lactose + Bolo cenoura sem cobertura (Bolo padrão sem lactose)	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão sem lactose com patê de frango com requeijo sem lactose + mamão	Café com leite sem lactose + pão de queijo sem lactose + mamão	KCAL 851	KCAL 851
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alicace + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango (salsami) grelhado, salada de acelga + melancia	Arroz colorido, Feijão preto, Almondegas bovina ao suco, salada de repolho com tomate + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (batata, brócolis e cenoura) + mamão	Arroz, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho com mandioca + salada de alicace + laranja	CHO 135	CHO 135
MERENDA TARDE 12:30H/13:00 HORAS	Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alicace + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango (salsami) grelhado, salada de acelga + melancia	Arroz colorido, Feijão preto, Almondegas bovina ao suco, salada de repolho com tomate + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (batata, brócolis e cenoura) + mamão	Arroz, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho com mandioca + salada de alicace + laranja	PTN 25	PTN 25
LANCHE TARDE 15:00 HORAS	Ingurte de morango sem lactose + biscoito doce integral sem lactose + banana	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão sem lactose com requeijo sem lactose	Café com leite sem lactose + Bolo cenoura sem cobertura (Bolo padrão sem lactose)	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão sem lactose com patê de frango com requeijo sem lactose + mamão	Café com leite sem lactose + pão de queijo sem lactose + mamão	LIP 17	LIP 17
Observações: Pães, Biscoitos, Bolos, Farinhas, Cereais (aveia) sem traços de lactose. Utilizar leite sem lactose. Laticínios sem lactose.							
ESCOLA PARCIAL ILHAS						ALUNO	

Patricia dos Santos Alves Garcia
Mãe Funcional nº 7893 CRN Bº REGIAO
Nº 1781

Ligia Maria Toledo Faria Vicens
Mãe Funcional nº 1146 CRN Bº REGIAO
Nº 2221

Camille Consuelo de Carvalho
Mãe Funcional nº 7894 CRN Bº REGIAO
Nº 1102

Escola Parcial Ilhas
Rádio Iolândia
Rua 1504

Escola Parcial Ilhas
Rádio Iolândia
Rua 1504

ESCOLA PARCIAL ILHAS - CARDÁPIO AGOSTO/2026

SEM LACTOSE

	SEGUNDA 24/8/2026	TERÇA 25/8/2026	QUARTA 26/8/2026	QUINTA 27/8/2026	SEXTA 28/8/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão sem lactose com requieijo sem lactose	Café com leite sem lactose + bolo de fubá (bolo padrão sem lactose) + melão	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão de milho sem lactose + manteiga sem lactose	Café com leite sem lactose + biscoito salgado/doce integral sem lactose + banana	Suco de uva integral + Pão sem lactose com carne moída ao molho, alicafe, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura (bolo padrão sem lactose)	813	813	813	813
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Arroz, Feijão com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de tomate + mamão	Arroz, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho, salada de azeite + maçã	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pão de milho de peixe, salada de alicafe	Macarrão parafuso + Frango ao molho destinado + salada de beterraba + melancia	113	9	113	9
MERENDA TARDE 12:30H/13:00 HORAS	Arroz, Feijão com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de tomate + mamão	Arroz, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho, salada de azeite + maçã	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pão de milho de peixe, salada de alicafe	Macarrão parafuso + Frango ao molho destinado + salada de beterraba + melancia	22	9	22	9
LANCHE TARDE 15:00 HORAS	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão sem lactose com requieijo sem lactose	Café com leite sem lactose + bolo de fubá (bolo padrão sem lactose) + melão	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão de milho sem lactose + manteiga sem lactose	Café com leite sem lactose + biscoito salgado/doce integral sem lactose + banana	Suco de uva integral + Pão sem lactose com carne moída ao molho, alicafe, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura (bolo padrão sem lactose)	LIP	14	LIP	14
SEGUNDA 31/8/2026						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Café com leite sem lactose + sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alicafe					KCAL	703	KCAL	703
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (chuchu e cenoura) + melão					CHO	115	CHO	115
MERENDA TARDE 12:30H/13:00 HORAS	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (chuchu e cenoura) + melão					PTN	27	PTN	27
LANCHE TARDE 15:00 HORAS	Café com leite sem lactose + sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alicafe					LIP	14	LIP	14
Observações: Pães, Biscoitos, Bolos, Farinhas, Cereais (aveia) sem traços de lactose. Utilizar leite sem lactose. Laticínios sem lactose.						ALUNO			

ESCOLA PARCIAL ILHAS

Parcía dos Santos Alves Garcia
Matr. Funcional nº 7893 CRN 6º REGIÃO
Nº 781

Ligia Maria Toledo Silva Vicente
Matr. Funcional nº 11146 CRN 6º REGIÃO
Nº 221

Camille Constança de Carvalho
Matr. Funcional nº 2094 CRN 6º REGIÃO
Nº 102

Uso de Espaço
Linha de Trabalho
Cadastrado em 15/04/2024