

SEMI LACTOSE

MERCADORIA	QUANTIDADE	UNIDADE	VALORES NUTRICIONAIS		VALORES NUTRICIONAIS		VALORES NUTRICIONAIS					
			KCAL	KCAL	KCAL	KCAL	KCAL	KCAL				
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS			KCAL	641	Kcal	9	KCAL	641	Kcal	9		
			CHO	136	g	9	CHO	136	g	9		
MERENDA MANHÃ 10 HORAS			PTN	25	g	9	PTN	25	g	9		
			LP	20	g	9	LP	20	g	9		
LANCHE TARDE 15:00 HORAS			LP	20	g	9	LP	20	g	9		
SEGUNDA 04/02/26	7/4/2026		QUARTA 04/02/26		QUINTA 04/02/26		SEXTA 10/02/26		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
			KCAL	895	Kcal	9	KCAL	895	KCAL	895	Kcal	9
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS			KCAL	895	Kcal	9	KCAL	895	KCAL	895	Kcal	9
			CHO	121	g	9	CHO	121	g	9	9	
MERENDA MANHÃ 10 HORAS			PTN	28	g	9	PTN	28	g	9	9	
			LP	19	g	9	LP	19	g	9	9	
LANCHE TARDE 15:00 HORAS			LP	19	g	9	LP	19	g	9	9	
TERÇA 14/02/26			QUARTA 14/02/26		QUINTA 14/02/26		SEXTA 17/02/26		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
			KCAL	851	Kcal	9	KCAL	851	KCAL	851	Kcal	9
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS			KCAL	851	Kcal	9	KCAL	851	KCAL	851	Kcal	9
			CHO	135	g	9	CHO	135	g	9	9	
MERENDA MANHÃ 10 HORAS			PTN	25	g	9	PTN	25	g	9	9	
			LP	17	g	9	LP	17	g	9	9	
LANCHE TARDE 15:00 HORAS			LP	17	g	9	LP	17	g	9	9	

ESCOLA PARCIAL IIHAS

ALUNO

Pátria das Santas Alice Garcia
 Mãe Funcional nº 7895 CEN 8º REGIÃO Nº131
 Lígia Maria Toledo Faria Vicente
 Mãe Funcional nº 1116 CEN 8º REGIÃO Nº231
 Camile Consuelo de Carvalho
 Mãe Funcional nº 7891 CEN 8º REGIÃO Nº102

Assinatura do Aluno
 Assinatura da Mãe
 Assinatura da Mãe
 Assinatura da Mãe

		SEMI LACTOSE						ALUNO	
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS									
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	NECESSO	FEIADO							
MERENDA TARDE 12:30H/1:30 HORAS									
LANCHE TARDE 15:00 HORAS									
	SEGUNDA 27/4/2026	TERÇA 28/4/2026	QUARTA 29/4/2026	QUINTA 30/4/2026	SEXTA 24/4/2026				
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Suco de maracujá + pão integral sem lactose com requeijão sem lactose	Café com leite sem lactose + bolo de laranja sem lactose	Vitamina de abacate e banana com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose	Suco de morango + pão sem lactose com patê de frango com requeijão sem lactose + manão	Suco de maracujá + Pão sem lactose com ovo moído, alicão, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura sem lactose				
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refrigerados (abobrinha e cenoura) + melão	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pão de melho de peixe, Salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho + jardineira de legumes (cenoura, batata e brócolis) + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho + pão de carne + salada de beterraba + quiwi	Macarão com molho de carne moída, salada de repolho com tomate + melancia				
MERENDA TARDE 12:30H/1:30 HORAS	Suco de maracujá + pão integral sem lactose com requeijão sem lactose	Café com leite sem lactose + bolo de laranja sem lactose	Vitamina de abacate e banana com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose	Suco de morango + pão sem lactose com patê de frango com requeijão sem lactose + manão					
LANCHE TARDE 15:00 HORAS	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refrigerados (abobrinha e cenoura) + melão	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pão de melho de peixe, Salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho + jardineira de legumes (cenoura, batata e brócolis) + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho + pão de carne + salada de beterraba + quiwi					

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

ESCOLA PARCIAL IHAAS

Diretora dos Estudos:
 Mãe Funcional nº 7891 CNS nº 87816240 571781

Língua Materna:
 Mãe Funcional nº 11142 CNS nº 87816240 572321

Canteiro:
 Mãe Funcional nº 7891 CNS nº 87816240 571102

Associação Escola-Criar-Atuar
 Rua de São José, 100 - Jd. São José - Ihaas - SP - 13164-000
 Fone: (13) 3333-1111

Lado de São José
 Rua de São José, 100 - Jd. São José - Ihaas - SP - 13164-000
 Fone: (13) 3333-1111