

SEMI LACTOSE

	SEGUNDA 31/11/2025	TERÇA 4/11/2025	QUARTA 5/11/2025	QUINTA 6/11/2025	SEXTA 7/11/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite sem lactose + biscoito salgado integral sem lactose + maçã	Chá com leite sem lactose + pão de cenoura sem lactose + manteiga sem lactose	Suco de morango + torra frango com legumes sem lactose + melão	logurte de morango sem lactose + biscoito doce integral sem lactose + banana	Suco integral de uva, sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alicace	841	655
Almoço 10:30H/1:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardiniera de legumes (batata, cenoura e brocolis) + melão	Arroz colorido, Feijão preto, Quibe assado, salada de repolho + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango (sossão) ao molho, salada de alicace + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho com mandioca, salada de acetela + laranja	Arroz, Feijão carioca, Salsicela ao molho com cenoura, salada de brócolis + manga	126	82
Lanche 14:00H/14:30H	Suco integral de uva, sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alicace	logurte de morango sem lactose + biscoito doce integral sem lactose + banana	Suco de maracujá + bolo de fubá sem lactose + mamão	Chá com leite sem lactose + pão de cenoura sem lactose + manteiga sem lactose	Café com leite sem lactose + biscoito salgado integral sem lactose + maçã	25	14
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz, Feijão preto, Mandioca, cenoura, carne + couve + laranja	Arroz com cenoura + Frango ao molho + abóbora refogada + melão	Macarrão + Carne moída ao molho + legumes refogados (batata, cenoura, ervilha) + salada de tomate	Batata refogada + Frango ao molho + salada de cenoura + manga	Polenta com almondegas ao molho + salada de beterraba + melancia	LIP 20	LIP 9
	SEGUNDA 30/11/2025	TERÇA 1/11/2025	QUARTA 12/11/2025	QUINTA 13/11/2025	SEXTA 14/11/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão sem lactose com requeijão sem lactose	Café com leite sem lactose + pão de queijo vegano	Suco de maracujá + bolo de fubá sem lactose + mamão	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose com ovo + manga	Chá com leite sem lactose + biscoito salgado integral sem lactose + banana	KCAL 665	KCAL 763
Almoço 10:30H/1:00H	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 + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, batata refogada, salada de brócolis + maçã	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pão de melão de leite, salada de alface	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, pão de carne + salada de beterraba + melão	CHO 121	CHO 89
Lanche 14:00H/14:30H	Chá com leite sem lactose + biscoito salgado doce integral sem lactose + banana	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose com ovo + manga	Suco de morango + torra frango com legumes sem lactose + melão	Café com leite sem lactose + pão de queijo vegano	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão sem lactose com requeijão sem lactose	PTN 26	PTN 17
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz, Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, frango, milho) + rúcula + salada de pepino c/ tomate + maçã	Batata refogada + Carne moída ao molho + salada de cenoura + laranja	Arroz + Frango ao molho com legumes (mandioca + abobrinha) + melancia	Polenta com almondegas ao molho + salada de beterraba + melão	Macarrão com frango ao molho + legumes refogados (brócolis e cenoura) + laranja	LIP 19	LIP 15

Observações: Pães, Biscoitos, Bolos, Farinhas, Cereais (aveia) sem traços de lactose. Utilizar leite sem lactose. Purê de batata substituir por batata refogada c/ margarina sem lactose

ESCOLA

ALUNO

Patricia dos Santos Alves Garcia  
 Lígia Marcia Toledo Faria Vicente  
 Camile Consuelino de Carvalho  
 Maria Funcional nº 7893 CRN 8 REGIÃO N° 781  
 Maria Funcional nº 11146 CRN 8 REGIÃO N° 2321  
 Maria Funcional nº 7894 CRN 8 REGIÃO N° 1102  
 Laila Maria Costa Sales  
 Coordenadora Pedagógica  
 Laila Maria Costa Sales  
 Coordenadora Pedagógica  
 CN 1564

SEM LACTOSE

	SEGUNDA 17/11/2025	TERÇA 18/11/2025	QUARTA 19/11/2025	QUINTA 20/11/2025	SEXTA 21/11/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite sem lactose + pão de milho sem lactose + queijo sem lactose/margarina sem lactose	Leite sem lactose com morango + Bolo cenoura sem cobertura e sem lactose	logurte de morango sem lactose + salada de frutas (morango, banana e maçã) com aveia sem lactose		Leite sem lactose com banana + biscoito polvilho sem lactose	KCAL 813 Kcal CHO 113 9 CHO 103 9							
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoca) + batata refogada + maçã	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho com legumes (batata e cenoura) + salada de alface + melão	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados (cenoura e vagem) + manão	FERADO		CHO 113 9 CHO 103 9							
Lanche 14:00H/14:30H	Leite sem lactose com banana + biscoito polvilho sem lactose	logurte de morango sem lactose + salada de frutas (morango, banana e maçã) com aveia sem lactose	Leite sem lactose com morango + Bolo cenoura sem cobertura e sem lactose			PTN 22 9 PTN 17 9							
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de pepino c/ tomate + melão	Macarrão + Frango ao molho + legumes refogados (abobrinha, cenoura e batata) + maçã	Potencia com carne moída ao molho + salada de acelga + melancia		Arroz com broccolis + carne moída ao molho + abobrinha refogada + manão	LIP 14 9 LIP 9 9							
	SEGUNDA 24/11/2025	TERÇA 25/11/2025	QUARTA 26/11/2025	QUINTA 27/11/2025	SEXTA 28/11/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de maracujá + pão sem lactose com requeijão sem lactose	Suco de acerola + torta frango com legumes sem lactose + melão	Café com leite sem lactose + bolo de laranja sem lactose	Vitamina de frutas (abacate + banana) com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose	Suco de uva integral + Pão sem lactose com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura e sem lactose	KCAL 703 Kcal CHO 115 9 CHO 80 9							
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de cenoura + melancia	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos, Abóbora refogada + maçã	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão carioca + Barrado + fatia de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja	Macarrão com frango ao molho desfiado + salada de beterraba + banana	CHO 115 9 CHO 80 9							
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite sem lactose + bolo de laranja sem lactose	Vitamina de frutas (abacate + banana) com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose	Suco de maracujá + pão sem lactose com requeijão sem lactose	Suco de acerola + torta frango com legumes sem lactose + melão	Suco de uva integral + Pão sem lactose com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura e sem lactose	PTN 27 9 PTN 18 9							
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz, Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, frango, milho) + salada de alface + maçã	Macarrão com carne moída ao molho + legumes refogados (broccolis e cenoura) + melancia	Batata refogada + Frango ao molho + salada de cenoura + banana	Potencia + Frango ao molho + salada de acelga	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de tomate + laranja	LIP 14 9 LIP 14 9							

Observações: Pães, Biscoitos, Bolos, Farinhas, Cereais (aveia) sem traços de lactose. Utilizar leite sem lactose. Latícinios sem lactose. Purê de batata substituir por batata refogada c/ margarina sem lactose

ESCOLA

ALUNO

Particia dos Santos Alves Garcia  
Matr. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO N°7181

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente  
Matr. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO N°2321

Camile Consolino de Carvalho  
Matr. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO N°1102

Ediane Gervasio Nova Bandeira  
CRN 7 403  
Exatidão Operacional

Leide de Jesus  
Rocha  
CRN 15644