



APLV

	SEGUNDA 19/5/2026	TERÇA 19/5/2026	QUARTA 20/5/2026	QUINTA 21/5/2026	SEXTA 22/5/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H	Vitaminas de frutas (abacate + banana) com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite	Suco de manga + Bolo sem leite + mamão	Suco de peixe integral + pão sem leite com patê de frango com requieijo vegano + maçã	Yogurte de morango vegano + biscoito doce integral sem leite + banana	Leite vegetal com cacau (100%) + pão sem leite com requieijo vegano	KCAL	821	KCAL	755
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral, Feijão preto, Ovos Mexidos + abóbora refogada + milho	Arroz, Feijão canoia, Frango (salsami) ao molho + salada de alicace + melancia	Arroz, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho, salada de acelga + ponkan	Arroz, Feijão canoia, Frango ao molho, jardineira de legumes (brocolis, cenoura e abobrinha) + maçã	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alicace + caqui	CHO	115	CHO	103
Lanche 13:30H/14:00H	Leite vegetal com cacau (100%) + pão sem leite com requieijo vegano	Yogurte de morango vegano + biscoito doce integral sem leite + banana	Vitaminas de frutas (abacate + banana) com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite	Suco de peixe integral + pão sem leite com patê de frango com requieijo vegano + maçã	Suco de manga + Bolo sem leite + mamão	PTN	20	PTN	19
Janitar 15:30H/16:00H	Arroz, Frango ao molho (cenoura, batata, milho) + salada de acelga, c/ tomate + maçã	Macarrão com carne moída + legumes refogados (brocolis e cenoura) + milho	Arroz com cenoura + FEIJO PRETO + Frango ao molho + abóbora refogada	Potenta + Almondigas ao molho + salada de beterraba + caqui	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + melancia	LIP	17	LIP	15
	SEGUNDA 25/5/2026	TERÇA 26/5/2026	QUARTA 27/5/2026	QUINTA 28/5/2026	SEXTA 29/5/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite vegetal + biscoito doce/salgado integral sem leite + banana	Suco integral uva, sanduíche de pão sem leite + queijo vegano + tomate + alicace	Café com leite vegetal + pão de queijo vegano	Suco de maracujá + pão sem leite com requieijo vegano	Suco de abacaxi natural + pão sem leite com carne moída, alicace, cenoura ralada + bolo sem leite	KCAL	695	KCAL	695
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão canoia, Sobrecoca ao molho com cenoura + salada de brocolis + caqui	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do milho de peixe + salada de alicace	Arroz, Feijão canoia, Frango (salsami) grelhado + salada de acelga + maçã	Arroz, Feijão preto, Burreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Macarrão parafuso + Frango ao molho desfiado + salada de beterraba + melancia	CHO	125	CHO	63
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de maracujá + pão sem leite com requieijo vegano	Café com leite vegetal + biscoito doce/salgado integral sem leite + banana	Suco integral uva, sanduíche de pão sem leite + queijo vegano + tomate + alicace	Café com leite vegetal + pão de queijo vegano	Suco de abacaxi natural + pão sem leite com carne moída, alicace, cenoura ralada + bolo sem leite	PTN	24	PTN	12
Janitar 15:30H/16:00H	Arroz com brocolis + Carne moída ao molho + abobrinha refogada	Batatas refogadas + Frango ao molho + salada de brocolis + caqui	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de beterraba + melancia	Potenta + Frango ao molho + salada de acelga + maçã	Sopa de FEIJOÃO (batata manduquinha, carne, cenoura) + couve + ponkan	LIP	21	LIP	14

ESCOLAS INTEGRAS

ALUNO

Patricia dos Santos Alves Garcia  
 Ligia Mariana do Prado Faria Vicente  
 Camille Conde de Carvalho

Instituto Paraná de Educação  
 Instituto Paraná de Educação  
 Instituto Paraná de Educação

Mat. Fundamental II nº 7893 CRN 8º REGIÃO N°1281  
 Mat. Fundamental II nº 11156 CRN 8º REGIÃO N°2321  
 Mat. Fundamental II nº 7894 CRN 8º REGIÃO N°1102

Mat. Fundamental II nº 7893 CRN 8º REGIÃO N°1281  
 Mat. Fundamental II nº 11156 CRN 8º REGIÃO N°2321  
 Mat. Fundamental II nº 7894 CRN 8º REGIÃO N°1102

Mat. Fundamental II nº 7893 CRN 8º REGIÃO N°1281  
 Mat. Fundamental II nº 11156 CRN 8º REGIÃO N°2321  
 Mat. Fundamental II nº 7894 CRN 8º REGIÃO N°1102