

**DIABETES/OBESIDADE**

Dia	Horário	Descrição	QUARTA		QUINTA		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE											
			14/4/2026	21/4/2026	28/4/2026	5/4/2026	12/4/2026	19/4/2026	KCAL	Kcal	KCAL	Kcal										
Desjejum 7:30H/8:00H		Suco integral de uva + pão integral com carne moída, alicafe, cenoura ralada + bolo diet + pipoca	Macarrão integral parafuso + Frango desfiado ao molho + salada de repolho com tomate + melão	Suco integral de uva + pão integral com carne moída, alicafe, cenoura ralada + bolo diet + pipoca	Suco integral de uva, sanduíche de pão integral + queijo light + tomate + alicafe	Suco integral de uva, sanduíche de pão integral + queijo light + tomate + alicafe	Suco integral de uva, sanduíche de pão integral + queijo light + tomate + alicafe	Suco integral de uva, sanduíche de pão integral + queijo light + tomate + alicafe	Suco integral de uva, sanduíche de pão integral + queijo light + tomate + alicafe	Suco integral de uva, sanduíche de pão integral + queijo light + tomate + alicafe	Suco integral de uva, sanduíche de pão integral + queijo light + tomate + alicafe	Suco integral de uva, sanduíche de pão integral + queijo light + tomate + alicafe										
													Recesso	Suco integral de uva + pão integral com carne moída, alicafe, cenoura ralada + bolo diet + pipoca	Sopa de FEIJO (batata, mandiocinha, carne, cenoura) + couve + laranja	Suco integral de uva, sanduíche de pão integral + queijo light + tomate + alicafe	Suco integral de uva, sanduíche de pão integral + queijo light + tomate + alicafe	Suco integral de uva, sanduíche de pão integral + queijo light + tomate + alicafe	Suco integral de uva, sanduíche de pão integral + queijo light + tomate + alicafe	Suco integral de uva, sanduíche de pão integral + queijo light + tomate + alicafe	Suco integral de uva, sanduíche de pão integral + queijo light + tomate + alicafe	Suco integral de uva, sanduíche de pão integral + queijo light + tomate + alicafe
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light												
											Almoço 10:30H/11:00H	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	
Jantar 15:30H/16:00H	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com queijo light												

**ESCOLAS INTEGRAS**

Observação: Adoçante Sucralose ou Stevia, Cacau 100 %, Margarina, Requeijão e Queijo light.

**ALUNO**

Patricia dos Santos Alves Garcia  
 Mãe Funcional nº 7893, C.R.N.º REGIÃO N°1781  
 Lígia Marcia Toledo Faria Vicente  
 Mãe Funcional nº 1146, C.R.N.º REGIÃO N°2321  
 Camille Consuelino de Carvalho  
 Mãe Funcional nº 7891, C.R.N.º REGIÃO N°1102

Estabelecimento  
 C.R.N.º 5103  
 C.R.N.º 15444

Estabelecimento  
 C.R.N.º 5103  
 C.R.N.º 15444

DIABETES/OBESIDADE

SEGUNDA 20/4/2026	TERÇA 21/4/2026	QUARTA 22/4/2026	QUINTA 23/4/2026	SEXTA 24/4/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
					KCAL	Kcal	KCAL	Kcal		
Desjejum 7:30H/8:00H		logure de morango desnatado diet + salada de frutas (kiwi, maçã e banana)	Suco de pêssego integral + bauru de forno com pão integral e queijo light + melão	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com ovo mexido, açafrã, cenoura ralada + bolo diet	KCAL	821	KCAL	755	Kcal	
Almogo 10:30H/1:00H		Arroz integral, Feijão preto, Barreado, Farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + brinjola	Arroz integral, Feijão carioca, Sobrecoca ao molho com cenoura + salada de brócolis + maçã	Macarrão integral com molho de carne moída, salada de repolho com tomate + melancia	CHO	115	CHO	103	g	
Lanche 13:30H/14:00H		Suco de pêssego integral + bauru de forno com pão integral e queijo light + melão	logure de morango desnatado diet + salada de frutas (kiwi, maçã e banana)	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com ovo mexido, açafrã, cenoura ralada + bolo diet	PTN	20	PTN	19	g	
Jantar 15:30H/16:00H		Polenta + Frango ao molho + salada de acelgas + maçã	Risoto de carne integral (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + FEIJO CARIOCA + salada de repolho com tomate + melancia	Canja (Arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata)	LIP	17	LIP	15	g	
	SEGUNDA 27/4/2026	TERÇA 28/4/2026	QUARTA 29/4/2026	QUINTA 30/4/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ					
										MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com requeijão light	Café com leite desnatado e adoçante + bolo diet	Vitamina de abacate e banana com leite desnatado e adoçante + biscoito doce integral diet	Suco de morango com adoçante + pão integral com pão de frango com requeijão light + mamão	KCAL	870	Kcal	626	Kcal	
Almogo 10:30H/11:00H	Arroz integral, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (abobrinha e cenoura) + melão	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pião do molho de peixe, salada de açafrã	Arroz integral, Feijão carioca, Frango ao molho + jardineira de legumes (cenoura, batata e brócolis) + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho + pião de carne + salada de beterraba + cacqui	CHO	124	g	CHO	63	g
Lanche 13:30H/14:00H	Vitamina de abacate e banana com leite desnatado e adoçante + biscoito doce integral diet	Café com leite desnatado e adoçante + pão integral de milho + manteiga light	Suco de morango com adoçante + pão integral com pão de frango com requeijão light + mamão	Café com leite desnatado e adoçante + bolo diet	PTN	24	g	PTN	12	g
Jantar 15:30H/16:00H	Arroz integral com brócolis + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + melancia	Macarrão integral com frango ao molho + legumes refogados (brócolis e cenoura) + cacqui	Polenta com almondegas ao molho + salada de beterraba	Arroz integral com cenoura + FEIJO PRETO + Frango ao molho + abobora refogada + melão	LIP	21	g	LIP	14	g

Observação: Adoçante Sucralose ou Stevia, Cacau 100 %, Margarina, Requeijão e Queijo light.

ESCOLAS INTEGRAS

ALUNO

Patricia das Santos Alves Garcia  
 Mãe Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781  
 Lígia Marconi Toledo Brito Vicente  
 Mãe Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321  
 Camille Consuelino de Carvalho  
 Mãe Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

Escola Estadual de Ensino Fundamental  
 Coordenadora Operacional  
 Celia Regina de Almeida  
 CRN 35444