

SEM CORANTE

	SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	14/5/2026	15/5/2026	16/5/2026	20/5/2026	21/5/2026	22/5/2026	23/5/2026	24/5/2026	25/5/2026	26/5/2026	27/5/2026	28/5/2026	29/5/2026	30/5/2026
Desjejum 7:30H/8:00H	Vitamina de frutas (abacate + banana) + biscoito doce integral	Suco de manga + Bolo de lula + mamão	Suco de passoa integral + pão com patê de frango com requeijo + maçã	Yogurte de coco + biscoito doce integral + banana	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada com mandioca + salada de alface + queijo	Arroz, Feijão preto, Ovos Mexidos + abobora refogada + melão	Arroz, Feijão preto, Frango (assado) grelhado + salada de alface + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo	Arroz, Feijão preto, Frango (assado) grelhado + salada de alface + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo	Arroz, Feijão preto, Frango (assado) grelhado + salada de alface + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral, Feijão preto, Ovos Mexidos + abobora refogada + melão	Arroz, Feijão caraca, Frango (assado) grelhado + salada de alface + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne moída refogada, salada de acelga + portman	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo
Lanche 13:30H/14:00H														
Jantar 15:30H/16:00H														
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite + biscoito doce/salgado integral + banana	Suco integral laranja, sanduíche de pão fatiado + queijo + tomate + alface	Café com leite + pão de queijo	Suco de maracujá + pão fatiado integral com requeijo	Suco de abacaxi natural + Pão de leite com carne moída refogada, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura									
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão caraca, Solteira assada com cenoura + salada de brócolis + caqui	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe grelhado, Abobrinha e cenoura refogadas, salada de alface	Arroz, Feijão caraca, Frango (assado) grelhado + salada de acelga + maçã	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo	Arroz, Feijão preto, Carne bovina refogada + mandioca + salada de alface + queijo
Lanche 13:30H/14:00H														
Jantar 15:30H/16:00H														
Observações: Não utilizar molhos/extrato de tomate, somente tomate in natura. Carnes/ Frango e Peixe refogados ou grelhados. Utilizar iogurte coco. ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS : SUCOS INDUSTRIALIZADOS E ALIMENTOS - SEM CORANTE														
ESCOLAS INTEGRAS														
ALUNO														

Patricia dos Santos Alves Garcia Ligia Mafra Eunice
 Mãe Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 781 Mãe Funcional nº 1116 CRN 8º REGIÃO Nº 2321 Mãe Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102 Mãe Funcional nº 7895 CRN 8º REGIÃO Nº 1102
 Mãe Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 781 Mãe Funcional nº 1116 CRN 8º REGIÃO Nº 2321 Mãe Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102 Mãe Funcional nº 7895 CRN 8º REGIÃO Nº 1102

Lúcia Regina de Jesus
 Diretora de Ensino
 CPM 35.646