

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE					
MERENDA MANHÃ 10h	11/12/2025	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + Batata refogada + melão	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja	Suco integral de uva + sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alicace	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba	Suco natural de abacaxi + Pão sem lactose e ovo mexido, alicace, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura e sem lactose	KCAL 686 CHO 110	Kcal 9 9	KCAL 686 CHO 110	Kcal 9 9				
MERENDA TARDE 15h		Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + Batata refogada + melão	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja	Suco integral de uva + sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alicace	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba	Suco natural de abacaxi + Pão sem lactose e ovo mexido, alicace, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura e sem lactose	PTN 25 LIP 16	9 9	PTN 25 LIP 16	9 9				
	SEGUNDA	8/12/2025	TERÇA	9/12/2025	QUARTA	10/12/2025	QUINTA	11/12/2025	SEXTA	12/12/2025				
MERENDA MANHÃ 10h		Arroz, Feijão com cubos de carne bovina + Farofa de cenoura + laranja	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + maçã	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose com ovo + mamão	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alicace	Macarão com molho de carne moída, salada de beterraba + pésseso	KCAL 690 CHO 110	Kcal 9 9	KCAL 690 CHO 110	Kcal 9 9				
MERENDA TARDE 15h		Arroz, Feijão com cubos de carne bovina + Farofa de cenoura + laranja	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + maçã	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose com ovo + mamão	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alicace	Macarão com molho de carne moída, salada de beterraba + pésseso	PTN 25 LIP 17	9 9	PTN 25 LIP 17	9 9				
	SEGUNDA	16/12/2025	TERÇA	16/12/2025	QUARTA	17/12/2025	QUINTA	18/12/2025	SEXTA	19/12/2025				
MERENDA MANHÃ 10h		Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura), salada de repolho + abacaxi	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca, salada de alicace + melão	Suco de morango + torta de frango com legumes sem lactose + laranja	Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (abobrinha e cenoura), salada de alicace + melancia	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos + abóbora refogada + maçã	KCAL 764 CHO 126	Kcal 9 9	KCAL 764 CHO 126	Kcal 9 9				
MERENDA TARDE 15h		Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura), salada de repolho + abacaxi	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca, salada de alicace + melão	Suco de morango + torta de frango com legumes sem lactose + laranja	Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (abobrinha e cenoura), salada de alicace + melancia	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos + abóbora refogada + maçã	PTN 20 LIP 20	9 9	PTN 20 LIP 20	9 9				
	SEGUNDA	22/12/2025	TERÇA	23/12/2025	QUARTA	24/12/2025	QUINTA	25/12/2025	SEXTA	26/12/2025				
MERENDA MANHÃ 10h		ENTREGA DE BOLETIM	ENTREGA DE BOLETIM	RECESSO	FERIADO	RECESSO	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
MERENDA TARDE 15h							MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
	SEGUNDA	29/12/2025	TERÇA	30/12/2025	QUARTA	31/12/2025								
MERENDA MANHÃ 10h		RECESSO	RECESSO	RECESSO			KCAL CHO PTN LIP	Kcal 9 9 9	KCAL CHO PTN LIP	Kcal 9 9 9				
MERENDA TARDE 15h							MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
	SEGUNDA	29/12/2025	TERÇA	30/12/2025	QUARTA	31/12/2025								
MERENDA MANHÃ 10h		RECESSO	RECESSO	RECESSO			KCAL CHO PTN LIP	Kcal 9 9 9	KCAL CHO PTN LIP	Kcal 9 9 9				
Observações: Pães, Biscoitos, Bolos, Farinhas, Cereais (aveia) sem traços de lactose. Utilizar leite sem lactose. Laticínios sem lactose.														
ESCOLA						ALUNO								

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

ALUNO

Let's do this again:
 1. **Subtract**
 CFN 15644