

APLV									
	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MEIA SEMANA VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MEIA SEMANA VALOR NUTRICIONAL TARDE			
	1/9/2026	2/9/2026	3/9/2026	4/9/2026					
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Café com leite vegetal + pão sem leite + queijo vegano/creme vegetal	Inguru de morango vegano + salada de frutas (banana, manga, morango) com aveia sem leite	Suco de abacaxi + pão sem leite com patê de frango com requeijão vegano + mamão	Leite vegetal com morango + Bolo sem leite	KCAL 843	Kcal	KCAL	843	Kcal
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Aroz, Feijão preto, Barrado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Aroz, Feijão caraca, Frango assado (sofregona) + batata refogada + macã	Aroz, Feijão preto Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + melancia	Aroz, Feijão caraca, Frango ao molho, jardineira de legumes (cenoura, batata e brócolis) + melão	CHO 132	g	CHO	132	g
Lanche 13:20H/13:40 HORAS	Café com leite vegetal + pão sem leite + queijo vegano/creme vegetal	Inguru de morango vegano + salada de frutas (banana, manga, morango) com aveia sem leite	Suco de abacaxi + pão sem leite com patê de frango com requeijão vegano + mamão	Leite vegetal com morango + Bolo sem leite	PTN 25	g	PTN	25	g
MERENDA TARDE 15:30 HORAS	Aroz, Feijão preto, Barrado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Aroz, Feijão caraca, Frango assado (sofregona) + purê de batata sem leite + macã	Aroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + melancia	Aroz, Feijão caraca, Frango ao molho, jardineira de legumes (cenoura, batata e brócolis) + melão	LIP 20	g	LIP	20	g
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MEIA SEMANA VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MEIA SEMANA VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	7/9/2026	8/9/2026	9/9/2026	10/9/2026	11/9/2026				
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	FERIADO	Leite vegetal com cacau (100%) + biscoito doce/salgado integral sem leite + macã	Café com leite vegetal + pão de queijo vegano	Leite vegetal com banana + biscoito de polvilho sem leite + melão	Suco integral luvá sanduíche de pão sem leite + queijo vegano + tomate + alface	KCAL 874	Kcal	KCAL	874
MERENDA MANHÃ 10 HORAS		Aroz, Feijão caraca, Ovos mexidos, Abóbora refogada + porkan	Aroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Aroz, Feijão caraca, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura), salada de brócolis + melancia	Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de beterraba + manga	CHO 132	g	CHO	132
Lanche 13:20H/13:40 HORAS		Leite vegetal com cacau (100%) + biscoito doce/salgado integral sem leite + macã	Café com leite vegetal + pão de queijo vegano	Leite vegetal com banana + biscoito de polvilho sem leite + melão	Suco integral luvá sanduíche de pão sem leite + queijo vegano + tomate + alface	PTN 26	g	PTN	26
MERENDA TARDE 15:30 HORAS		Aroz, Feijão caraca, Ovos mexidos, Abóbora refogada + porkan	Aroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Aroz, Feijão caraca, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura), salada de brócolis + melancia	Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de beterraba + manga	LIP 19	g	LIP	19
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MEIA SEMANA VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MEIA SEMANA VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	14/9/2026	15/9/2026	16/9/2026	17/9/2026	18/9/2026				
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Suco de maracujá + pão sem leite com requeijão vegano + banana	Café com leite vegetal + bolo sem leite	Suco integral luvá sanduíche de pão sem leite + queijo vegano + tomate + alface	Vitamina de frutas (banana e morango) com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite	Suco de abacaxi natural + pão sem leite com ovo + melão	KCAL 858	Kcal	KCAL	858
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de tomate + macã	Aroz, Feijada com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Aroz, Feijão caraca, Frango (sossam) ao molho, salada de alface + goiabada	Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, batata refogada + salada de brócolis	Aroz, Feijão caraca, Frango (sossam) grelhado, salada de abacaxi + mamão	CHO 135	g	CHO	135
Lanche 13:20H/13:40 HORAS	Suco de maracujá + pão sem leite com requeijão vegano + banana	Café com leite vegetal + bolo sem leite	Suco integral luvá sanduíche de pão sem leite + queijo vegano + tomate + alface	Vitamina de frutas (banana e morango) com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite	Suco de abacaxi natural + pão sem leite com ovo + melão	PTN 25	g	PTN	25
MERENDA TARDE 15:30 HORAS	Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de tomate + macã	Aroz, Feijada com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Aroz, Feijão caraca, Frango (sossam) ao molho, salada de alface + goiabada	Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, batata refogada + salada de brócolis	Aroz, Feijão caraca, Frango (sossam) grelhado, salada de abacaxi + mamão	LIP 15	g	LIP	15
Observações: Pães, Biscoitos, Bolos, Farinhas, Cereais (aveia) sem traços de leite. Utilizar leite vegetal e creme vegetal (utilizar em substituição da margarina e manteiga). Purê de batata substituir por batata refogada									
ESCOLA PARCIAL									
ALUNO									

Partido dos Santos Alves Garcia
Matr. Funcional nº 7901, CEN. R. RECÍDIO Nº 1781

Ligiu Marcella Kelsch Faria Vicente
Matr. Funcional nº 1114, CEN. R. RECÍDIO Nº 2321

Carmine Constantino de Carvalho
Matr. Funcional nº 7901, CEN. R. RECÍDIO Nº 1102

Carla Maria Costa Silva
Coordenadora de Alimentação
Município de São Carlos

Wesley Lima Almeida Lira
Município de São Carlos

CEN. R. RECÍDIO Nº 1781

APLV

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	21/9/2026	22/9/2026	23/9/2026	24/9/2026	25/9/2026				
Desjejum 7.20H/7.40 HORAS	logure de morango vegano + biscoito doce integral sem leite + banana	Suco de acerola + bolo sem leite + maçã	Café com leite vegetal + biscoito doce/salgado integral sem leite + melão	Lente vegetal com cacau (100%) + pão sem leite com requeijo vegano	Suco de maracujá + Pão sem leite com frango desfiado ao molho alface, cenoura ralada + bolo sem leite	KCAL	821	KCAL	821
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (batata salis + chuchu + cenoura) + portani	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoca ao molho com cenoura, salada de brócolis + melancia	Macarrão com molho de carne moída + salada de acelga com tomate + manga	CHO	115	CHO	115
Lanche 13.20H/13.40 HORAS	logure de morango vegano + biscoito doce integral sem leite + banana	Suco de acerola + bolo sem leite + maçã	Café com leite vegetal + biscoito doce/salgado integral sem leite + melão	Lente vegetal com cacau (100%) + pão sem leite com requeijo vegano	Suco de maracujá + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	PTN	20	PTN	20
MERENDA TARDE 15.30 HORAS	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (batata salis + chuchu + cenoura) + portani	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoca ao molho com cenoura, salada de brócolis + melancia	Macarrão com molho de carne moída + salada de acelga com tomate + manga	LIP	17	LIP	17
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	26/9/2026	29/9/2026	30/9/2026			KCAL	795	KCAL	795
Desjejum 7.20H/7.40 HORAS	Vitamina de lulas (banana e abacate) com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite	Café com leite vegetal + pão sem leite + creme vegetal	Suco de manga + Bauri de forno com pão sem leite e queijo vegano + banana			CHO	125	CHO	125
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (abobrinha e cenoura) + portani	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho com legumes (abobora e chuchu) + salada de alface + melão	Macarrão parafuso + Frango ao molho desfiado + salada de beterraba + maçã			PTN	24	PTN	24
Lanche 13.20H/13.40 HORAS	Vitamina de lulas (banana e abacate) com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite	Café com leite vegetal + pão sem leite + creme vegetal	Suco de manga + Bauri de forno com pão sem leite e queijo vegano + banana			LIP	21	LIP	21
MERENDA TARDE 15.30 HORAS	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (abobrinha e cenoura) + portani	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho com legumes (abobora e chuchu) + salada de alface + melão	Macarrão parafuso + Frango ao molho desfiado + salada de beterraba + maçã						

Observações: Pães, Biscoitos, Bolos, Farinhas, Cereais (aveia) sem traços de leite. Utilizar leite vegetal e creme vegetal (utilizar em substituição da margarina e manteiga). Laticínios Veganos. Purê de batata substituir por batata refogada

ESCOLA PARCIAL

ALUNO

Professora das Santas Alves Garcia
Matr. Funcional nº 7891 CEN Nº REGIÃO Nº7181

Ligia Maria de Jesus Faria Vasconcelos
Matr. Funcional nº 7116 CEN Nº REGIÃO Nº7321

Carmine C. Consolin de Carvalho
Matr. Funcional nº 7891 CEN Nº REGIÃO Nº7102

Letícia Cristina Farias Mendes
Coordenadora Operacional
Nacionalista Contábil Operacional
CPM nº 13740