



ESCOLA PARCIAL – CARDÁPIO OUTUBRO/2026



APLV

																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											</
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----

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

Patricia dos Santos Alves Garcia

Ligia Marcia Toledo Faria Vasconcelos

Camille Cassimiro de Carvalho

Letícia Gomes Costa Salazar

Wendy Lima Mendes Luz

Natália de Oliveira Guimarães

CPN 9 19246



ESCOLA PARCIAL – CARDÁPIO OUTUBRO/2026



APLV									
	SEGUNDA 19/10/2026	TERÇA 20/10/2026	QUARTA 21/10/2026	QUINTA 22/10/2026	SEXTA 23/10/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL			
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Vitamina de frutas (banana + morango) com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite	Suco de acerola + bolo sem leite + banana	Café com leite vegetal + biscoito doce/salgado integral sem leite + mamão	Suco de maracujá + pão sem leite com requeijão vegano	Suco de abacaxi natural + Pão sem leite com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	KCAL	821	Kcal	KCAL
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Arroz integral, Feijão preto, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango (salsam) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + melancia	Macarão com molho de carne moída + salada de tomate com pepino + manga	CHO	115	9	CHO
Lanche 13:20H/13:40 HORAS	Vitamina de frutas (banana + morango) com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite	Suco de acerola + bolo sem leite + banana	Café com leite vegetal + biscoito doce/salgado integral sem leite + mamão	Suco de maracujá + pão sem leite com requeijão vegano	Suco de abacaxi natural + Pão sem leite com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	PTN	20	9	PTN
MERENDA TARDE 15:30 HORAS	Arroz integral, Feijão preto, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango (salsam) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + melancia	Macarão com molho de carne moída + salada de tomate com pepino + manga	LIP	17	9	LIP
	SEGUNDA 26/10/2026	TERÇA 27/10/2026	QUARTA 28/10/2026	QUINTA 29/10/2026	SEXTA 30/10/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Suco de péssopo + pão sem leite com patê de frango com requeijão vegano + melancia	Lente vegetal com morango + Bolo sem leite	Logurte de morango vegano + biscoito doce integral sem leite + banana	Café com Leite vegetal + pão sem leite + queijo vegano/creme vegetal		KCAL	795	Kcal	KCAL
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos, Abóbora refogada + melão	Arroz, Feijão preto, Barrado, farofa de banana da terra + salada tomale e cebola + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + batata refogada + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata salada e cenoura), salada de alface + maçã		CHO	125	9	CHO
Lanche 13:20H/13:40 HORAS	Suco de péssopo + pão sem leite com patê de frango com requeijão vegano + melancia	Lente vegetal com morango + Bolo sem leite	Logurte de morango vegano + biscoito doce integral sem leite + banana	Café com Leite vegetal + pão sem leite + queijo vegano/creme vegetal		PTN	24	9	PTN
MERENDA TARDE 15:30 HORAS	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos, Abóbora refogada + melão	Arroz, Feijão preto, Barrado, farofa de banana da terra + salada tomale e cebola + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + batata refogada + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata salada e cenoura), salada de alface + maçã		LIP	21	9	LIP
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 com creme vegetal.						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
ALUNO									

Parten das Santes Alves Cunha

Ligia Magalhães, Venue

Camile Christiane de Carvalho

Letícia Cruz, Gisele Ribeiro

Vilma Lima Azeiteiro Luz

Marcilene dos Santos

Marilene dos Santos

CPM 9 19740