

DIABETES

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
	21/3/2026	31/3/2026	4/3/2026	5/3/2026	6/3/2026	MANHÃ	MANHÃ	TARDE
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Suco integral de uva, sanduíche de pão integral frito + queijo light + tomate + alicace	Café com leite desnatado e adoçante + bolo diet	Vitamina de frutas (banana + morango) com leite desnatado e adoçante + biscoito doce integral diet	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com requieijo light	Chá com leite desnatado e adoçante + biscoito doce/salgado integral diet + banana	KCAL 843	Kcal 843	Kcal 843
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Arroz integral, Feijão caroca, Frango (salsam) ao molho, salada de alicace + melão	Arroz integral, Feijão preto, Ovos mexidos + abóbora refogada + laranja	Arroz integral, Feijão caroca, Frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de pepino com tomate + manão	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída ao molho, puré de batata + salada de brócolis + melancia	Arroz integral + Feijão caroca + Frango (salsam) grelhado + salada de acelga + maçã	CHO 132	g 9	CHO 132
Lanche 13:20H/13:40 HORAS	Suco integral de uva, sanduíche de pão integral frito + queijo light + tomate + alicace	Café com leite desnatado e adoçante + bolo diet	Vitamina de frutas (banana + morango) com leite desnatado e adoçante + biscoito doce integral diet	Suco de maracujá com adoçante + pão integral com requieijo light	Chá com leite desnatado e adoçante + biscoito doce/salgado integral diet + banana	PTN 25	g 9	PTN 25
MERENDA TARDE 15:30 HORAS	Arroz integral, Feijão caroca, Frango (salsam) ao molho, salada de alicace + melão	Arroz integral, Feijão preto, Ovos mexidos + abóbora refogada + laranja	Arroz integral, Feijão caroca, Frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de pepino com tomate + manão	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída ao molho, puré de batata + salada de brócolis + melancia	Arroz integral + Feijão caroca + Frango (salsam) grelhado + salada de acelga + maçã	LIP 20	g 9	LIP 20
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
	9/3/2026	10/3/2026	11/3/2026	12/3/2026	13/3/2026	MANHÃ	MANHÃ	TARDE
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão integral com ovo + manga	Leite desnatado com morango e adoçante + bolo diet	Suco de pêssego integral + pão integral com leite de frango com requieijo light + banana	Ingurte de morango desnatado diet + salada de frutas (kiwi, maçã e manga) com aveia	Café com leite desnatado e adoçante + biscoito doce/salgado integral diet + melão	KCAL 874	Kcal 874	Kcal 874
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Arroz integral, Feijão preto, Barrado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz integral, Feijão caroca, Omelete assado + legumes refogados (abóbora e chuchu) + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Almondões de carne ao molho + salada repolho + maçã	Arroz integral, Feijão caroca, Frango (salsam) ao molho + salada de alicace + melão	Macarão integral com molho de carne moída + salada de beterraba + pãra	CHO 132	g 9	CHO 132
Lanche 13:20H/13:40 HORAS	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão integral com ovo + manga	Leite desnatado com morango e adoçante + bolo diet	Suco de pêssego integral + pão integral com leite de frango com requieijo light + banana	Ingurte de morango desnatado diet + salada de frutas (kiwi, maçã e manga) com aveia	Café com leite desnatado e adoçante + biscoito doce/salgado integral diet + melão	PTN 26	g 9	PTN 26
MERENDA TARDE 15:30 HORAS	Arroz integral, Feijão preto, Barrado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz integral, Feijão caroca, Omelete assado + legumes refogados (abóbora e chuchu) + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Almondões de carne ao molho + salada repolho + maçã	Arroz integral, Feijão caroca, Frango (salsam) ao molho + salada de alicace + melão	Macarão integral com molho de carne moída + salada de beterraba + pãra	LIP 19	g 9	LIP 19
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
	18/3/2026	17/3/2026	18/3/2026	19/3/2026	20/3/2026	MANHÃ	MANHÃ	TARDE
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Vitamina de frutas (banana + abacate) com leite desnatado e adoçante + biscoito doce integral diet	Suco de manga integral + bolo diet + melão	Suco integral de uva, sanduíche de pão integral + queijo light + tomate + alicace	Leite desnatado com banana e adoçante + biscoito de polvilho	Café com leite desnatado e adoçante + pão integral + queijo light/margarina light	KCAL 866	Kcal 866	Kcal 866
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Arroz integral, Feijão caroca, Frango ao molho com legumes (chuchu + cenoura) + manga	Arroz integral, Feijão preto + Bolinho de carne ao molho + salada acelga + melancia	Arroz colorido, Feijão caroca, Peixe ao molho + purê do molho de peixe + salada de alicace	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + maçã	Arroz integral, Feijão caroca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + goiaba	CHO 135	g 9	CHO 135
Lanche 13:20H/13:40 HORAS	Vitamina de frutas (banana + abacate) com leite desnatado e adoçante + biscoito doce integral diet	Suco de manga integral + bolo diet + melão	Suco integral de uva, sanduíche de pão integral + queijo light + tomate + alicace	Leite desnatado com banana e adoçante + biscoito de polvilho	Café com leite desnatado e adoçante + pão integral + queijo light/margarina light	PTN 25	g 9	PTN 25
MERENDA TARDE 15:30 HORAS	Arroz integral, Feijão caroca, Frango ao molho com legumes (chuchu + cenoura) + manga	Arroz integral, Feijão preto + Bolinho de carne ao molho + salada acelga + melancia	Arroz colorido, Feijão caroca, Peixe ao molho + purê do molho de peixe + salada de alicace	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + maçã	Arroz integral, Feijão caroca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + goiaba	LIP 15	g 9	LIP 15

Observações: Adoçante Sucralose ou Stevia

ESCOLA

ALUNO

Patricia dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional nº 7891 CRN 8º REGIÃO
Nº1781

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO
Nº2321

Camile Consuelino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO
Nº1102

Letícia de Almeida
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO
Nº1102

Letícia de Almeida
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO
Nº1102

DIABETES

	SEGUNDA 23/3/2026	TERÇA 24/3/2026	QUARTA 25/3/2026	QUINTA 26/3/2026	SEXTA 27/3/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Chá com leite desnatado e adoçante + pão integral + margarina light	Suco de pêssego integral + Bauru de forno com pão integral e queijo light + banana	Café com leite desnatado e adoçante + pão de queijo vegano	Ingurte de morango desnatado diet + biscoito doce integral diet + banana	Suco de maracujá com adoçante + Pão integral com carne moída ao molho, alicae, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura diet	KCAL 821	Kcal 821
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Arroz integral, Feijão caroca, Frango (abobrinha + brócolis + cenoura) + péra	Arroz integral, Feijoadá com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Arroz integral, Feijão caroca, Frango assado (sobrecoxa) + purê de batatas + melão	Arroz integral, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho com mandiocca + salada de alicae + maçã	Macarrão parafuso integral + Frango destiçado ao molho, salada de beterraba + caqui	CHO 115	CHO 115
Lanche 13:20H/13:40 HORAS	Chá com leite desnatado e adoçante + pão integral + margarina light	Suco de pêssego integral + Bauru de forno com pão integral e queijo light + banana	Café com leite desnatado e adoçante + pão de queijo vegano	Ingurte de morango desnatado diet + biscoito doce integral diet + banana	Suco de maracujá com adoçante + Pão integral com carne moída ao molho, alicae, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura diet	PTN 20	PTN 20
MERENDA TARDE 15:30 HORAS	Arroz integral, Feijão caroca, Frango ao molho + jardineira de legumes (abobrinha + brócolis + cenoura) + péra	Arroz integral, Feijoadá com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Arroz integral, Feijão caroca, Frango assado (sobrecoxa) + purê de batatas + melão	Arroz integral, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho com mandiocca + salada de alicae + maçã	Macarrão parafuso integral + Frango destiçado ao molho, salada de beterraba + caqui	LIP 17	LIP 17
	SEGUNDA 30/3/2026	TERÇA 31/3/2026				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ
Desjejum 7:20H/7:40 HORAS	Leite desnatado com cacau 100% e adoçante + pão integral com requeijão light	Café com leite desnatado e adoçante + biscoito polvilho + banana				KCAL 770	KCAL 770
MERENDA MANHÃ 10 HORAS	Arroz integral, Feijão caroca, Frango (salsami) grelhado + salada de acelga + melancia	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alicae				CHO 124	CHO 124
Lanche 13:20H/13:40 HORAS	Leite desnatado com cacau 100% e adoçante + pão integral com requeijão light	Café com leite desnatado e adoçante + biscoito polvilho + banana				PTN 24	PTN 24
MERENDA TARDE 15:30 HORAS	Arroz integral, Feijão caroca, Frango (salsami) grelhado + salada de acelga + melancia	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alicae				LIP 21	LIP 21

ESCOLA

Observações: Adoçante Sucralose ou Stevia

ALUNO

Patrícia dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO
Nº1781

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO
Nº2321

Camile Consentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO
Nº1102

Elaine Gomes Lima Brito
Coordenadora do Curso
CRM 1564

Luiz de Souza Mendes
Nutricionista
CRM 1564