

SEM LACTOSE

SEGUNDA		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
26/6/2025		30/6/2025	4/6/2025	8/6/2025	6/6/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa), milho e cenoura refogada + pontkan	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba	Suco de abacaxi natural + pão de queijo vegano + maçã	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de cenoura + melancia	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados (cenoura e abobrinha) + caqui	KCAL	682	KCAL	566
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa), milho e cenoura refogada + pontkan	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba	Suco de abacaxi natural + pão de queijo vegano + maçã	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de cenoura + melancia	Suco integral de uva, sanduíche de pão fatiado sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alface	CHO	108	CHO	100
SEGUNDA		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	PTN	25	PTN	17
9/6/2025		10/6/2025	11/6/2025	12/6/2025	13/6/2025	LIP	14	LIP	11
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do milho de peixe + salada de alface	Suco de morango + torta de frango com legumes sem lactose + pontkan	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e mandioca) + salada de repolho + melancia	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, abóbora refogada + mamão	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
SEGUNDA		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	KCAL	716	KCAL	668
16/6/2025		17/6/2025	18/6/2026	19/6/2025	20/6/2025	CHO	114	CHO	108
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do milho de peixe + salada de alface	Suco de morango + torta de frango com legumes sem lactose + pontkan	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e mandioca) + salada de repolho + melancia	Café com leite sem lactose + pão de milho sem lactose + queijo sem lactose/margarina sem lactose	PTN	25	PTN	19
SEGUNDA		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	LIP	18	LIP	18
16/6/2025		17/6/2025	18/6/2026	19/6/2025	20/6/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (cenoura e chuchu) + salada alface + pontkan	Suco integral de uva + Cachoito quente com pão sem lactose + Pinhão + Pipoca + Bolo de milho sem lactose	FÉRIADO		KCAL	787	KCAL	787
MERENDA TARDE 15h	Arroz integral, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (cenoura e chuchu) + salada alface + pontkan	Suco integral de uva + Cachoito quente com pão sem lactose + Pinhão + Pipoca + Bolo de milho sem lactose	RECESSO		CHO	131	CHO	131
SEGUNDA		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	PTN	21	PTN	21
23/6/2025		24/6/2025	25/6/2025	26/6/2025	27/6/2025	LIP	20	LIP	20
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz, Feijão preto, Barrado, farofa de banana da terra + salada cebola com tomate + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado, salada de azeite + maçã	Suco integral de maçã + Bolo de lúva sem lactose + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (abobrinha, cenoura e brócolis) + caqui	Suco de abacaxi natural + Pão sem lactose com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + Bolo de laranja sem lactose	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
SEGUNDA		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	KCAL	651	KCAL	651
30/6/2025		1/6/2025	2/6/2025	3/6/2025	4/6/2025	CHO	102	CHO	102
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão preto, Barrado, farofa de banana da terra + salada cebola com tomate + laranja	Arroz, Feijão preto, Frango (sassam) grelhado, salada de azeite + maçã	Suco integral de maçã + Bolo de lúva sem lactose + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (abobrinha, cenoura e brócolis) + caqui	Suco de abacaxi natural + Pão sem lactose com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + Bolo de laranja sem lactose	PTN	21	PTN	21
SEGUNDA		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	LIP	18	LIP	18
30/6/2025		1/6/2025	2/6/2025	3/6/2025	4/6/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
MERENDA MANHÃ 10h	Risoto de frango (batata, cenoura, frango) + salada de tomate + melão					KCAL	532	KCAL	532
MERENDA TARDE 15h	Risoto de frango (batata, cenoura, frango) + salada de tomate + melão					CHO	82	CHO	82
SEGUNDA		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	PTN	19	PTN	19
30/6/2025		1/6/2025	2/6/2025	3/6/2025	4/6/2025	LIP	13	LIP	13

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

ESCOLA

ALUNO

Patrícia dos Santos Alves Garcia
 Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 1781

 Lígia Marcia Toledo Faria Vicente
 Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321

 Camille Consentino de Carvalho
 Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102

 Ediane Costa Costa Araújo
 CRN 8 693
 Coordenação Operacional

 Lais de Jesus Araújo
 CRN 15644