



ESCOLA PARCIAL – CARDÁPIO JUNHO/2025



DIABETES									
	SEGUNDA 2/6/2025	TERÇA 3/6/2025	QUARTA 4/6/2025	QUINTA 5/6/2025	SEXTA 6/6/2025				
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoca), creme de milho + ponkan	Arroz integral, Feijão preto, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão de queijo + maçã	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de cenoura + melancia	Arroz integral, Feijão carioca, Onetele assado, legumes refogados (cenoura e abobrinha) + caqui	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
MERENDA TARDE 15h	Arroz integral, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoca), creme de milho + ponkan	Arroz integral, Feijão preto, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão de queijo + maçã	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de cenoura + melancia	Arroz integral, Feijão carioca, Onetele assado, legumes refogados (cenoura e abobrinha) + caqui	KCAL 663 CHO 105 PTN 24 LIP 13	KCAL 663 CHO 105 PTN 24 LIP 13	KCAL 663 CHO 105 PTN 24 LIP 13	KCAL 663 CHO 105 PTN 24 LIP 13
	SEGUNDA 9/6/2025	TERÇA 10/6/2025	QUARTA 11/6/2025	QUINTA 12/6/2025	SEXTA 13/6/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + laranja	Arroz integral colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe + salada de alface	Suco de morango com adoçante + torta de frango com legumes + ponkan	Arroz integral, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e mandioca) + salada de repolho + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Ovos mexidos, abóbora refogada + mamão	KCAL 725 CHO 113 PTN 26 LIP 16	KCAL 725 CHO 113 PTN 26 LIP 16	KCAL 725 CHO 113 PTN 26 LIP 16	KCAL 725 CHO 113 PTN 26 LIP 16
MERENDA TARDE 15h	Arroz integral, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + laranja	Arroz integral colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe + salada de alface	Suco de morango com adoçante + torta de frango com legumes + ponkan	Arroz integral, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e mandioca) + salada de repolho + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Ovos mexidos, abóbora refogada + mamão	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
	SEGUNDA 16/6/2025	TERÇA 17/6/2025	QUARTA 18/6/2025	QUINTA 19/6/2025	SEXTA 20/6/2025	KCAL 724 CHO 121 PTN 21 LIP 17	KCAL 724 CHO 121 PTN 21 LIP 17	KCAL 724 CHO 121 PTN 21 LIP 17	KCAL 724 CHO 121 PTN 21 LIP 17
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral, Feijão carioca, Sobrecoca ao molho com cenoura + salada de brócolis + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (cenoura e chuchu) + salada alface + ponkan	Suco integral de laranja + Cachoito quente com pão integral + Pinhão + Pipoca + bolo diet	FÉRIADO		RECESSO			
MERENDA TARDE 15h	Arroz integral, Feijão carioca, Sobrecoca ao molho com cenoura + salada de brócolis + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (cenoura e chuchu) + salada alface + ponkan	Suco integral de laranja + Cachoito quente com pão integral + Pinhão + Pipoca + bolo diet	FÉRIADO		RECESSO			
	SEGUNDA 23/6/2025	TERÇA 24/6/2025	QUARTA 25/6/2025	QUINTA 26/6/2025	SEXTA 27/6/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada de cebola com tomate + laranja	Arroz integral, Feijão carioca, Frango (salsam) grelhado, salada de acelga + maçã	Suco integral de maçã + bolo diet + melão	Arroz integral, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (abobrinha, cenoura e brócolis) + caqui	Suco de abacaxi natural com adoçante + Pão integral com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo diet	KCAL 654 CHO 103 PTN 20 LIP 18	KCAL 654 CHO 103 PTN 20 LIP 18	KCAL 654 CHO 103 PTN 20 LIP 18	KCAL 654 CHO 103 PTN 20 LIP 18
MERENDA TARDE 15h	Arroz integral, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada de cebola com tomate + laranja	Arroz integral, Feijão preto, Carne (salsam) grelhado, salada de acelga + maçã	Suco integral de maçã + bolo diet + melão	Arroz integral, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (abobrinha, cenoura e brócolis) + caqui	Suco de abacaxi natural com adoçante + Pão integral com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo diet	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
	SEGUNDA 30/6/2025					KCAL 532 CHO 82 PTN 19 LIP 13	KCAL 532 CHO 82 PTN 19 LIP 13	KCAL 532 CHO 82 PTN 19 LIP 13	KCAL 532 CHO 82 PTN 19 LIP 13
MERENDA MANHÃ 10h	Risoto de frango integral (batata, cenoura, frango) + salada de tomate + melão								
MERENDA TARDE 15h	Risoto de frango integral (batata, cenoura, frango) + salada de tomate + melão								

ESCOLA

Observações: Adoçante Sucralose ou Stevia

ALUNO

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

Ligia 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

Letícia Gomes Costa Bialla
CRN 8º REGIÃO
Credenciada Especialista

Letícia Gomes Costa Bialla
CRN 1564