

ESCOLA PARCIAL – CARDÁPIO JUNHO/2025

APLV

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ
26/6/2025	26/6/2025	3/6/2025	4/6/2025	5/6/2025	6/6/2025	6/6/2025	6/6/2025
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa), milho e cenoura refogada + ponkan	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 661 Kcal 105	KCAL 661 Kcal 105
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa), milho e cenoura refogada + ponkan	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	PTN 23 9	PTN 23 9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ
9/6/2025	9/6/2025	10/6/2025	11/6/2025	12/6/2025	13/6/2025	13/6/2025	13/6/2025
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe + salada de alface	Suco de morango + torta de frango com legumes sem leite + ponkan	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e mandioca) + salada de repolho + melancia	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, abóbora refogada + mamão	KCAL 725 Kcal 110	KCAL 725 Kcal 110
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe + salada de alface	Suco de morango + torta de frango com legumes sem leite + ponkan	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e mandioca) + salada de repolho + melancia	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, abóbora refogada + mamão	PTN 23 9	PTN 23 9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ
16/6/2025	16/6/2025	17/6/2025	18/6/2025	19/6/2025	20/6/2025	20/6/2025	20/6/2025
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 + ponkan	Suco integral de uva + Cachoito quente Bolo sem leite	FERIADO		KCAL 756 Kcal 120	KCAL 756 Kcal 120
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 + ponkan	Suco integral de uva + Cachoito quente com pão sem leite + Pinhão + Pipoca + Bolo sem leite	RECESSO		PTN 20 9	PTN 20 9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ
23/6/2025	23/6/2025	24/6/2025	25/6/2025	26/6/2025	27/6/2025	27/6/2025	27/6/2025
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada cebola com tomate + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de açaí + maçã	Suco integral de maçã + Bolo sem leite + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (abobrinha, cenoura e brócolis) + caqui	Suco de abacaxi natural + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + Bolo sem leite	KCAL 632 Kcal 98	KCAL 632 Kcal 98
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada cebola com tomate + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de açaí + maçã	Suco integral de maçã + Bolo sem leite + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (abobrinha, cenoura e brócolis) + caqui	Suco de abacaxi natural + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + Bolo sem leite	PTN 20 9	PTN 20 9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ
30/6/2025	30/6/2025						
MERENDA MANHÃ 10h	Risoto de frango (batata, cenoura, frango) + salada de tomate + melão					KCAL 532 Kcal 82	KCAL 532 Kcal 82
MERENDA TARDE 15h	Risoto de frango (batata, cenoura, frango) + salada de tomate + melão					PTN 19 9	PTN 19 9

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

ESCOLA

ALUNO

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

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

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

Leidiane Gomes Costa Siqueira
CRN 8 6303
Coordenação Operacional

Leite de soja sem açúcar
Nutricionista
CRN 15644