

APLV

	SEGUNDA 28/6/2025	TERÇA 3/6/2025	QUARTA 4/6/2025	QUINTA 5/6/2025	SEXTA 6/6/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
MERENDA MANHÃ 10h	Aroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoca), milho e cenoura refogada + ponkan	Aroz, Feijão preto, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba	Suco de abacaxi natural + pão de queijo vegano + maçã	Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de cenoura + melancia	Aroz, Feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados (cenoura e abobrinha) + caqui	KCAL 640 CHO 105 PTN 23 LP 15	KCAL 572 CHO 100 PTN 19 LP 11
MERENDA TARDE 15h	Aroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoca), milho e cenoura refogada + ponkan	Aroz, Feijão preto, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba	Suco de abacaxi natural + pão de queijo vegano + maçã	Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de cenoura + melancia	Suco integral de uva, sanduíche de pão torrado sem leite + queijo vegano + tomate + alicia	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ KCAL 640 CHO 105 PTN 23 LP 15	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE KCAL 572 CHO 100 PTN 19 LP 11
	SEGUNDA 9/6/2025	TERÇA 10/6/2025	QUARTA 11/6/2025	QUINTA 12/6/2025	SEXTA 13/6/2025		
MERENDA MANHÃ 10h	Aroz, Feijada com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + laranja	Aroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe + salada de alicia	Suco de morango + torta de frango com legumes sem leite + ponkan	Aroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e mandioca) + salada de repolho + melancia	Aroz, Feijão preto, Ovos mexidos, abóbora refogada + mamão	KCAL 683 CHO 105 PTN 25 LP 17	KCAL 677 CHO 111 PTN 19 LP 17
MERENDA TARDE 15h	Aroz, Feijada com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + laranja	Aroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe + salada de alicia	Suco de morango + torta de frango com legumes sem leite + ponkan	Aroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e mandioca) + salada de repolho + melancia	Café com leite vegetal + pão de milho sem leite + queijo vegano/creme vegetal	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ KCAL 773 CHO 126 PTN 22 LP 20	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE KCAL 773 CHO 126 PTN 22 LP 20
	SEGUNDA 16/6/2025	TERÇA 17/6/2025	QUARTA 18/6/2025	QUINTA 19/6/2025	SEXTA 20/6/2025		
MERENDA MANHÃ 10h	Aroz integral, Feijão carioca, Sobrecoca ao molho com cenoura + salada de brócolis + melancia	Aroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (cenoura e chuchu) + salada de alicia + ponkan	Suco integral de uva + Cachofo quente com pão sem leite + Pinhão + Pipoca + Bolo sem leite	FERIADO			
MERENDA TARDE 15h	Aroz integral, Feijão carioca, Sobrecoca ao molho com cenoura + salada de brócolis + melancia	Aroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (cenoura e chuchu) + salada de alicia + ponkan	Suco integral de uva + Cachofo quente com pão sem leite + Pinhão + Pipoca + Bolo sem leite	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 KCAL 632 CHO 104 PTN 19 LP 15	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE KCAL 632 CHO 104 PTN 19 LP 15
MERENDA MANHÃ 10h	Aroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada cebola com tomate + laranja	Aroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + maçã	Suco integral de maçã + Bolo sem leite + melão	Aroz, 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, alicia, cenoura ralada + Bolo sem leite		
MERENDA TARDE 15h	Aroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada cebola com tomate + laranja	Aroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + maçã	Suco integral de maçã + Bolo sem leite + melão	Aroz, 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, alicia, cenoura ralada + Bolo sem leite		
	SEGUNDA 30/6/2025					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ KCAL 595 CHO 81 PTN 14 LP 12	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE KCAL 595 CHO 81 PTN 14 LP 12
MERENDA MANHÃ 10h	Risoto de frango (batata, cenoura, frango) + salada de tomate + melão						
MERENDA TARDE 15h	Risoto de frango (batata, cenoura, frango) + salada de tomate + melão						

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 Nº 1781

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

Cantile Consantino de Carvalho  
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º  
REGIÃO Nº 1102

Ediane Maria Costa Bacchi  
CRN 2.603  
Coordenadora Operacional

Laís de Oliveira  
CRN 15646