

SEM LACTOSE

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE					
						14/4/2025			24/4/2025			4/4/2025			11/4/2025		
MERENDA MANHÃ 10h		Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoca) + milho e cenoura refogados + ponkan	Suco integral de maçã + bolo de fubá sem lactose + péra	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pão do molho de peixe, salada alface	Macarão com molho de carne moída + salada de tomate com vagem + melancia	KCAL	714	Kcal	KCAL	523	Kcal	KCAL	523	Kcal	KCAL	523	Kcal
						CHO	100	g	CHO	91	g	CHO	91	g	CHO	75	g
						PTN	24	g	PTN	20	g	PTN	20	g	PTN	12	g
						LP	11	g	LP	12	g	LP	12	g	LP	10	g
MERENDA TARDE 15h		Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoca) + milho e cenoura refogados + ponkan	Suco integral de maçã + bolo de fubá sem lactose + péra	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pão do molho de peixe, salada alface	Suco de maracujá + pão sem lactose com requêijo sem lactose	KCAL	532	Kcal	KCAL	529	Kcal	KCAL	529	Kcal	KCAL	529	Kcal
						CHO	84	g	CHO	83	g	CHO	83	g	CHO	75	g
						PTN	18	g	PTN	17	g	PTN	17	g	PTN	12	g
						LP	10	g	LP	10	g	LP	10	g	LP	10	g
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e batata) + salada de beterraba + melão	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + ponkan	Vitamina de mamão e banana com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose	Arroz colorido, Feijão preto, Quibe assado + salada repolho com tomate + caqui	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) ao molho, salada de alface + maçã	KCAL	650	Kcal	KCAL	619	Kcal	KCAL	619	Kcal	KCAL	619	Kcal
						CHO	84	g	CHO	79	g	CHO	79	g	CHO	75	g
						PTN	17	g	PTN	14	g	PTN	14	g	PTN	12	g
						LP	10	g	LP	9	g	LP	9	g	LP	10	g
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e batata) + salada de beterraba + melão	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + ponkan	Vitamina de mamão e banana com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose	Arroz colorido, Feijão preto, Quibe assado + salada repolho com tomate + caqui	Leite sem lactose com morango + Bolo de cenoura sem cobertura e sem lactose	KCAL	650	Kcal	KCAL	619	Kcal	KCAL	619	Kcal	KCAL	619	Kcal
						CHO	84	g	CHO	79	g	CHO	79	g	CHO	75	g
						PTN	17	g	PTN	14	g	PTN	14	g	PTN	12	g
						LP	10	g	LP	9	g	LP	9	g	LP	10	g
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz, Feijão preto, Ovo mexido + abóbora refogada + abacaxi	Arroz, Feijão preto, Ovo mexido + abóbora refogada + abacaxi	Suco de acerola + torta de frango com legumes sem lactose + melão	Arroz integral, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho + salada de açafrão + maçã	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem lactose sem cobertura	KCAL	874	Kcal	KCAL	874	Kcal	KCAL	874	Kcal	KCAL	874	Kcal
						CHO	81	g	CHO	81	g	CHO	81	g	CHO	75	g
						PTN	12	g	PTN	12	g	PTN	12	g	PTN	12	g
						LP	9	g	LP	9	g	LP	9	g	LP	10	g
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão preto, Ovo mexido + abóbora refogada + abacaxi	Arroz, Feijão preto, Ovo mexido + abóbora refogada + abacaxi	Suco de acerola + torta de frango com legumes sem lactose + melão	Arroz integral, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho + salada de açafrão + maçã	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem lactose sem cobertura	KCAL	874	Kcal	KCAL	874	Kcal	KCAL	874	Kcal	KCAL	874	Kcal
						CHO	81	g	CHO	81	g	CHO	81	g	CHO	75	g
						PTN	12	g	PTN	12	g	PTN	12	g	PTN	12	g
						LP	9	g	LP	9	g	LP	9	g	LP	10	g
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão preto, Ovo mexido + abóbora refogada + abacaxi	Arroz integral, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho + salada de açafrão + maçã	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem lactose sem cobertura	KCAL	874	Kcal	KCAL	874	Kcal	KCAL	874	Kcal	KCAL	874	Kcal
						CHO	81	g	CHO	81	g	CHO	81	g	CHO	75	g
						PTN	12	g	PTN	12	g	PTN	12	g	PTN	12	g
						LP	9	g	LP	9	g	LP	9	g	LP	10	g
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão preto, Ovo mexido + abóbora refogada + abacaxi	Arroz integral, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho + salada de açafrão + maçã	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem lactose sem cobertura	KCAL	874	Kcal	KCAL	874	Kcal	KCAL	874	Kcal	KCAL	874	Kcal
						CHO	81	g	CHO	81	g	CHO	81	g	CHO	75	g
						PTN	12	g	PTN	12	g	PTN	12	g	PTN	12	g
						LP	9	g	LP	9	g	LP	9	g	LP	10	g

ESCOLA

Observação: leite sem lactose, Pães, biscoito sem lactose, bolos, cereais (aveia) e farinha sem trigo de lactose

ALUNO

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

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

Camille Consentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIAO
Nº1102

Lidiane Garcia Guas Saldan
CRN 4093
Coordenação Operacional

Lar de Educação Infantil
Fátima de
CRN 1564