

ESCOLA PARCIAL ESPECIAL – CARDÁPIO MARÇO/2025



SEM LACTOSE

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL			
				6/3/2025	7/3/2025	MANHÃ		TARDE	
MERENDA MANHÃ 10h				Aroz, Feijão catioca, Frango ao molho com legumes (abóbora e vagem) + salada de beterraba + mamão	Aroz, Feijão preto + Bolinho de carne ao molho + salada azeite + melancia	KCAL	454	KCAL	454
						CHO	65	CHO	65
MERENDA TARDE 15h				Aroz, Feijão catioca, Frango ao molho com legumes (abóbora e vagem) + salada de beterraba + mamão	Doce de leite sem lactose + Salada de frutas (laranja, maçã e mamão) com azeite sem lactose	PTN	23	PTN	23
						LIP	11	LIP	11
	SEGUNDA 10/3/2025	TERÇA 11/3/2025	QUARTA 12/3/2025	QUINTA 13/3/2025	SEXTA 14/3/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL			
						MANHÃ		TARDE	
MERENDA MANHÃ 10h	Macarrão parafuso + Frango ao molho destilado + salada de tomate + maçã	Aroz, Feijão catioca, Carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + laranja	Café com leite sem lactose + pão de queijo vegano	Aroz colorido, Feijão catioca, Quibe assado + espinafre + salada repolho + péra	PLANEJAMENTO	KCAL	424	KCAL	424
						CHO	71	CHO	71
						PTN	22	PTN	22
						LIP	5	LIP	5
MERENDA TARDE 15h	Macarrão parafuso + Frango ao molho destilado + salada de tomate + maçã	Aroz, Feijão catioca, Carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + laranja	Café com leite sem lactose + pão de queijo vegano	Aroz colorido, Feijão catioca, Quibe assado + espinafre + salada repolho + péra		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL			
						MANHÃ		TARDE	
	SEGUNDA 17/3/2025	TERÇA 18/3/2025	QUARTA 19/3/2025	QUINTA 20/3/2025	SEXTA 21/3/2025	KCAL	383	KCAL	383
						CHO	63	CHO	63
MERENDA MANHÃ 10h	Aroz, Feijão preto, Carne ao molho, pão de carne + salada de beterraba + maçã	Aroz, Feijão catioca, Frango (sussam) ao molho + salada de alicia + melão	Suco integral de uva, sanduíche de pão bol dog sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alicia	Aroz colorido, Feijão catioca, Peixe ao molho + pão de milho de peixe + salada de alicia	Aroz, Feijão preto, Ovos mexidos + abóbora relogada + melancia	PTN	24	PTN	24
						LIP	6	LIP	6
MERENDA TARDE 15h	Aroz, Feijão preto, Carne ao molho, pão de carne + salada de beterraba + maçã	Aroz, Feijão catioca, Frango (sussam) ao molho + salada de alicia + melão	Suco integral de uva, sanduíche de pão bol dog sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alicia	Aroz colorido, Feijão catioca, Peixe ao molho + pão de milho de peixe + salada de alicia	Vitamina de abacate e banana com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL			
						MANHÃ		TARDE	
	SEGUNDA 24/3/2024	TERÇA 25/3/2024	QUARTA 26/3/2024	QUINTA 27/3/2024	SEXTA 28/3/2024	KCAL	453	KCAL	453
						CHO	72	CHO	72
MERENDA MANHÃ 10h	Aroz, Feijão catioca, Frango (sussam) grelhado + salada de azeite + melancia	Aroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura) + salada alicia + maçã	Leite sem lactose com morango + bolo de cenoura sem cobertura e sem lactose	Aroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com manduoca + salada de alicia + laranja	Suco de maracujá + Pão sem lactose com frango destilado ao molho, alicia, cenoura ralada + bolo de laranja sem lactose	PTN	22	PTN	22
						LIP	9	LIP	9
MERENDA TARDE 15h	Aroz, Feijão catioca, Frango (sussam) grelhado + salada de azeite + melancia	Aroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura) + salada alicia + maçã	Leite sem lactose com morango + bolo de cenoura sem cobertura e sem lactose	Aroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com manduoca + salada de alicia + laranja	Suco de maracujá + Pão sem lactose com frango destilado ao molho, alicia, cenoura ralada + bolo de laranja sem lactose	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL			
						MANHÃ		TARDE	
	SEGUNDA 31/3/2024	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	KCAL	454	KCAL	454
						CHO	81	CHO	81
MERENDA MANHÃ 10h	Aroz, Feijão preto, Batedo, Iarica de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja					PTN	32	PTN	32
						LIP	6	LIP	6
MERENDA TARDE 15h	Aroz, Feijão preto, Batedo, Iarica de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL			
						MANHÃ		TARDE	
						KCAL	454	KCAL	454
						CHO	81	CHO	81
						PTN	32	PTN	32
						LIP	6	LIP	6

Observação: leite sem lactose, Pães, biscoito sem lactose, bolos, cereais (aveia) e farinhas sem traços de lactose

ALUNO

Participa do Simas Alves Turca
Matr. Funcional nº 7903 CEN 8º REGIÃO
Nº 7781

Leila Maria Tóth Faria Vicente
Matr. Funcional nº 11140 CEN 8º REGIÃO
Nº 7321

Carmelie Constanino de Carvalho
Matr. Funcional nº 7901 CEN 8º REGIÃO
Nº 7102

Adriana Gomes Costa Ribeiro
CEN 8º e 9º
CEN 8º e 9º

Leila de Souza M. de Jesus
Matr. Funcional nº 7901 CEN 8º REGIÃO
CEN 8º e 9º