ESCOLA PARCIAL ESPECIAL – CARDÁPIO ABRIL/2024

SEM LACTOSE

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	1/4/2024	2/4/2024	3/4/2024	4/4/2024	5/4/2024
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, quirera, salada de beterraba	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de acelga + maçã	Iogurte de morango sem lactose + biscoito doce integral sem lactose + melancia	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (batata salsa e cenoura), salada de tomate + mamão	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batata sem leite, salada de alface + melão
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, quirera, salada de beterraba	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de acelga + maçã	Iogurte de morango sem lactose + biscoito doce integral sem lactose + melancia	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (batata salsa e cenoura), salada de tomate + mamão	Suco de abacaxi natural+ pão sem lactose com ovo + maçã

MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		
KCAL	714	Kcal	KCAL	523	Kcal
CHO	100	g	CHO	91	g
PTN	24	g	PTN	20	g
LIP	11	g	LIP	12	g

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	8/4/2024	9/4/2024	10/4/2024	11/4/2024	12/4/2024
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral, Feijão preto, Frango (sassami) ao molho + salada de alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados (cenoura e vagem) + caqui	Leite sem lactose com maçã + Bolo cenoura sem cobertura sem lactose+ banana	Arroz, Feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada acelga + banana	Macarrão parafuso, Frango ao molho desfiado, salada de beterraba + melancia
MERENDA TARDE 15h	Arroz integral, Feijão preto, Frango (sassami) ao molho + salada de alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados (cenoura e vagem) + caqui	Leite sem lactose com maçã + Bolo cenoura sem cobertura sem lactose+ banana	Arroz, Feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada acelga + banana	Suco maracujá + pão integral sem lactose com requeijão requeijão vegano

MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
KCAL	632	Kcal	KCAL	629	Kcal
CHO	84	g	CHO	83	g
PTN	18	g	PTN	17	g
LIP	10	g	LIP	10	g

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	15/4/2024	16/4/2024	17/4/2024	18/4/2024	19/4/2024
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (cenoura, chuchu e vagem) + melão	Café com leite sem lactose + pão de queijo vegano + melancia	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + mamão	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (cenoura, chuchu e vagem) + melão	Café com leite sem lactose + pão de queijo vegano + melancia	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + mamão	Suco integral de maçã + bolo de fubá sem lactose + banana

MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
KCAL	680	Kcal	KCAL	619	Kcal
CHO	84	g	CHO	79	g
PTN	17	g	PTN	14	g
LIP	10	g	LIP	9	g

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	22/4/2024	23/4/2024	24/4/2024	25/4/2024	26/4/2024
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + cenoura e milho refogados + melancia	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, Abóbora refogada + maçã	Suco maracujá + pão integral sem lactose com requeijão vegano	Arroz, Feijoada com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Suco de abacaxi natural + Pão sem lactose com carne moída, alface,cenoura ralada + bolo de chocolate sem lactose
MERENDA TARDE 15h	Arroz integral, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + cenoura e milho refogados + melancia	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, Abóbora refogada + maçã	Suco maracujá + pão integral sem lactose com requeijão vegano	Arroz, Feijoada com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Suco de abacaxi natural + Pão sem lactose com carne moída, alface,cenoura ralada + bolo de chocolate sem lactose

MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
KCAL	874	Kcal	KCAL	874	Kcal
CHO	81	g	CHO	81	g
PTN	12	g	PTN	12	g
LIP	9	g	LIP	9	g

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	29/4/2024	30/4/2024			
MERENDA MANHÃ 10h	Macarrão com molho de carne moída, salada de cenoura + maçã	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface			
MERENDA TARDE 15h	Macarrão com molho de carne moída, salada de cenoura + maçã	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface			

MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
KCAL	660	Kcal	KCAL	660	Kcal
CHO	75	g	CHO	75	g
PTN	12	g	PTN	12	g
LIP	10	g	LIP	10	g

Observação: Leite, Pães,biscoitos, bolos,cereais(aveia) e farinhas sem traços de lactose

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 Consentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO
Nº1102

Lidiane Correia Costa Stofella
CRN 8 6503
Coordenação Operacional

Amanda Galvão
CRN 8 11501
Nutricionista Controller Operacional

ESCOLA PARCIAL ESPECIAL – CARDÁPIO ABRIL/2024

APLV

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	1/4/2024	2/4/2024	3/4/2024	4/4/2024	5/4/2024
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, quirera, salada de beterraba	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de acelga + maçã	Iogurte morango vegano + biscoito doce integral sem leite + melancia	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (batata salsa e cenoura), salada de tomate + mamão	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batata sem leite, salada de alface + melão
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, quirera, salada de beterraba	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de acelga + maçã	Iogurte morango vegano + biscoito doce integral sem leite + melancia	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (batata salsa e cenoura), salada de tomate + mamão	Suco de abacaxi natural+ pão sem leite com ovo + maçã

MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		
KCAL	726	Kcal	KCAL	523	Kcal
CHO	102	g	CHO	91	g
PTN	25	g	PTN	20	g
LIP	13	g	LIP	12	g

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	8/4/2024	9/4/2024	10/4/2024	11/4/2024	12/4/2024
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral, Feijão preto, Frango (sassami) ao molho + salada de alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados (cenoura e vagem) + caqui	Leite vegetal com maçã + Bolo cenoura sem cobertura sem leite + banana	Arroz, Feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada acelga + banana	Macarrão parafuso, Frango ao molho desfiado, salada de beterraba + melancia
MERENDA TARDE 15h	Arroz integral, Feijão preto, Frango (sassami) ao molho + salada de alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados (cenoura e vagem) + caqui	Leite vegetal com maçã + Bolo cenoura sem cobertura sem leite + banana	Arroz, Feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada acelga + banana	Suco de maracujá + pão fatiado integral sem leite com creme vegetal

MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
KCAL	640	Kcal	KCAL	640	Kcal
CHO	86	g	CHO	86	g
PTN	19	g	PTN	19	g
LIP	11	g	LIP	11	g

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	15/4/2024	16/4/2024	17/4/2024	18/4/2024	19/4/2024
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (cenoura, chuchu e vagem) + melão	Café com leite vegetal + pão de queijo vegano + melancia	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + mamão	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (cenoura, chuchu e vagem) + melão	Café com leite vegetal + pão de queijo vegano + melancia	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + mamão	Suco integral de maçã + bolo sem leite + banana

MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
KCAL	685	Kcal	KCAL	621	Kcal
CHO	85	g	CHO	80	g
PTN	17	g	PTN	15	g
LIP	11	g	LIP	10	g

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	22/4/2024	23/4/2024	24/4/2024	25/4/2024	26/4/2024
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + cenoura e milho refogados + melancia	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, Abóbora refogada + maçã	Suco de maracujá + pão fatiado integral sem leite com requeijão vegano	Arroz, Feijoada com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Suco de abacaxi natural + Pão sem leite com carne moída, alface,cenoura ralada + bolo de chocolate sem leite
MERENDA TARDE 15h	Arroz integral, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + cenoura e milho refogados + melancia	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, Abóbora refogada + maçã	Suco de maracujá + pão fatiado integral sem leite com requeijão vegano	Arroz, Feijoada com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Suco de abacaxi natural + Pão sem leite com carne moída, alface,cenoura ralada + bolo de chocolate sem leite

MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
KCAL	690	Kcal	KCAL	690	Kcal
CHO	85	g	CHO	85	g
PTN	13	g	PTN	13	g
LIP	11	g	LIP	11	g

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	29/4/2024	30/4/2024			
MERENDA MANHÃ 10h	Macarrão com molho de carne moída, salada de cenoura + maçã	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface			
MERENDA TARDE 15h	Macarrão com molho de carne moída, salada de cenoura + maçã	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface			

MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
KCAL	653	Kcal	KCAL	653	Kcal
CHO	73	g	CHO	73	g
PTN	12	g	PTN	12	g
LIP	8	g	LIP	8	g

Observação: somente adicionar leite vegetal quando descrito no cardápio. Pães,biscoitos, bolos,cereais(aveia) e farinhas sem traços de leite

ESCOLA	ALUNO
CAMÕES	CALEB SANT HELENA ALVES

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

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

Camile Consentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8ª REGIÃO
Nº1102

Luliana Moreira Gerin Stoffels
CRN 8 4303
Coordenação Operacional

Amanda Galvão
CRN 8 11503
Nutricionista Coordeller Operacional

ESCOLA PARCIAL ESPECIAL – CARDÁPIO ABRIL/2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ
	1/4/2024	2/4/2024	3/4/2024	4/4/2024	5/4/2024		
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, quirera, salada de beterraba	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de acelga + maçã	Iogurte morango+ biscoito doce integral + banana	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (batata salsa e cenoura), salada de tomate + mamão	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batata, salada de alface + melão	KCAL 726 Kcal CHO 102 g PTN 25 g LIP 13 g	KCAL 523 Kcal CHO 91 g PTN 20 g LIP 12 g
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, quirera, salada de beterraba	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de acelga + maçã	Iogurte morango+ biscoito doce integral + banana	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (batata salsa e cenoura), salada de tomate + mamão	Suco de abacaxi natural+ pão de leite com ovo + maçã		

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	8/4/2024	9/4/2024	10/4/2024	11/4/2024	12/4/2024		
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral, Feijão preto, Frango (sassami) ao molho + salada de alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados (cenoura e vagem) + caqui	Leite com maçã + Bolo cenoura sem cobertura + banana	Arroz, Feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada acelga + banana	Macarrão parafuso, Frango ao molho desfiado, salada de beterraba + melancia	KCAL 640 Kcal CHO 86 g PTN 19 g LIP 11 g	KCAL 640 Kcal CHO 86 g PTN 19 g LIP 11 g
MERENDA TARDE 15h	Arroz integral, Feijão preto, Frango (sassami) ao molho + salada de alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados (cenoura e vagem) + caqui	Leite com maçã + Bolo cenoura sem cobertura + banana	Arroz, Feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada acelga + banana	Suco maracujá + pão fatiado integral com requeijão		

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	15/4/2024	16/4/2024	17/4/2024	18/4/2024	19/4/2024		
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (cenoura, chuchu e vagem) + melão	Café com leite + pão de queijo + melancia	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + mamão	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	KCAL 685 Kcal CHO 85 g PTN 17 g LIP 11 g	KCAL 621 Kcal CHO 80 g PTN 15 g LIP 10 g
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (cenoura, chuchu e vagem) + melão	Café com leite + pão de queijo + melancia	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + mamão	Suco integral de maçã + bolo de fubá + banana		

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	22/4/2024	23/4/2024	24/4/2024	25/4/2024	26/4/2024		
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz integral, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + creme de milho + melancia	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, Abóbora refogada + maçã	Suco maracujá + pão fatiado integral com requeijão	Arroz, Feijoada com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Suco de abacaxi natural + Pão de leite com carne moída, alface,cenoura ralada + bolo de chocolate	KCAL 690 Kcal CHO 85 g PTN 13 g LIP 11 g	KCAL 690 Kcal CHO 85 g PTN 13 g LIP 11 g
MERENDA TARDE 15h	Arroz integral, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + creme de milho + melancia	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, Abóbora refogada + maçã	Suco maracujá + pão fatiado integral com requeijão	Arroz, Feijoada com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Suco de abacaxi natural + Pão de leite com carne moída, alface,cenoura ralada + bolo de chocolate		

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	29/4/2024	30/4/2024					
MERENDA MANHÃ 10h	Macarrão com molho de carne moída, salada de cenoura + maçã	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface				KCAL 660 Kcal CHO 75 g PTN 12 g LIP 10 g	KCAL 660 Kcal CHO 75 g PTN 12 g LIP 10 g
MERENDA TARDE 15h	Macarrão com molho de carne moída, salada de cenoura + maçã	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface					

Observações:

ESCOLA	ALUNO

Patrícia dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional nº 7893 CRN 8ª REGIÃO Nº1781

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8ª REGIÃO Nº2321

Camile Consentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8ª REGIÃO Nº1102

Liliane Correia Costa Stofella
CRN 8 6303
Coordenação Operacional

Amanda Galvão
CRN 8 11501
Nutricionista Controller Operacional