

INTOLERÂNCIA A LACTOSE

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
DESJEJUM 7:30H/8:00H	18/09/2025 Café com leite sem lactose + pão sem lactose + queijo sem lactose/margarina sem lactose	29/09/2025 Leite sem lactose com morango + Bolo cenoura sem cobertura e sem lactose	30/09/2025 Suco de maracujá + pão sem lactose com requêijo sem lactose	4/09/2025 Legume de morango sem lactose + biscoito doce integral sem lactose + banana	5/09/2025 Suco integral uva, sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + leite + azeite	641 Kcal	501 Kcal
MERENDA MANHÃ 10h	Aroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + melão	Aroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + melão	Aroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + melão	Aroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + melão	Aroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + melão	126 Kcal	80 Kcal
MERENDA TARDE 15h	Aroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + melão	Aroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + melão	Aroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + melão	Aroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + melão	Aroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + melão	25 Kcal	14 Kcal
	SEGUNDA 8/09/2025	TERÇA 9/09/2025	QUARTA 10/09/2025	QUINTA 11/09/2025	SEXTA 12/09/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
DESJEJUM 7:30H/8:00H	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão sem lactose com manteiga sem lactose	Café com leite sem lactose + pão de queijo vegano	Suco de acerola + leite de frango com legumes sem lactose + maçã	Suco de manga + pão sem lactose com requêijo sem lactose	Vitamina de frutas (banana e melão) com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose	665 Kcal	466 Kcal
MERENDA MANHÃ 10h	Aroz, Feijão caraca, Frango (assado) grelhado, salada de aipoia + banana	Aroz, Feijão preto, Banaado, feijão de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Aroz, Feijão caraca, Frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + mandioca + melão	Aroz, Feijão caraca, Frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + mandioca + melão	Aroz, Feijão caraca, Frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + mandioca + melão	121 Kcal	98 Kcal
MERENDA TARDE 15h	Aroz, Feijão caraca, Frango (assado) grelhado, salada de aipoia + banana	Aroz, Feijão preto, Banaado, feijão de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Suco de acerola + leite de frango com legumes sem lactose + maçã	Aroz, Feijão preto, Peixe ao molho, Pão de milho de pinça, salada de alface	Aroz, Feijão preto, Peixe ao molho, Pão de milho de pinça, salada de alface	26 Kcal	18 Kcal
	SEGUNDA 18/09/2025	TERÇA 19/09/2025	QUARTA 17/09/2025	QUINTA 18/09/2025	SEXTA 19/09/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
DESJEJUM 7:30H/8:30H	Chá com leite sem lactose + biscoito doce/salgado integral sem lactose + maçã	Café com leite sem lactose + bolo de laranja sem lactose	Suco integral uva, sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + tomate + aipoia	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose com ovo cozido	Legume de morango sem lactose + Salada de frutas (maçã, manga, laranja) com aipoia sem lactose	651 Kcal	523 Kcal
MERENDA MANHÃ 10h	Aroz, Feijão caraca, Frango (assado) grelhado, salada de aipoia + laranja	Aroz, Feijão caraca, Frango (assado) grelhado, salada de aipoia + laranja	Aroz, Feijão preto, Carne ao molho, Pão de carne + salada de beterraba + melão	Aroz, Feijão preto, Carne ao molho, Pão de carne + salada de beterraba + melão	Aroz, Feijão preto, Carne ao molho, Pão de carne + salada de beterraba + melão	135 Kcal	101 Kcal
MERENDA TARDE 15h	Aroz, Feijão caraca, Frango (assado) grelhado, salada de aipoia + laranja	Aroz, Feijão caraca, Frango (assado) grelhado, salada de aipoia + laranja	Suco integral uva, sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + tomate + aipoia	Aroz, Feijão preto, Carne ao molho, Pão de carne + salada de beterraba + melão	Aroz, Feijão preto, Carne ao molho, Pão de carne + salada de beterraba + melão	25 Kcal	22 Kcal
	SEGUNDA 22/09/2025	TERÇA 23/09/2025	QUARTA 24/09/2025	QUINTA 25/09/2025	SEXTA 26/09/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
DESJEJUM 7:30H/8:00H	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão sem lactose com requêijo sem lactose	Café com leite sem lactose + biscoito doce/salgado integral sem lactose + melão	Suco de acerola + bolo de laranja sem lactose + banana	Chá com leite sem lactose + pão sem lactose com manteiga sem lactose	Vitamina de frutas (banana e abacaxi) com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose	813 Kcal	506 Kcal
MERENDA MANHÃ 10h	Aroz, Feijão caraca, Onofre assado, legumes refogados (abobrinha e cenoura) + maçã	Aroz, Feijão preto, Bolo de carne ao molho, salada de aipoia + laranja	Aroz, Feijão preto, Carne ao molho, Pão de carne + salada de beterraba + melão	Aroz, Feijão preto, Carne ao molho, Pão de carne + salada de beterraba + melão	Aroz, Feijão preto, Carne ao molho, Pão de carne + salada de beterraba + melão	113 Kcal	99 Kcal
MERENDA TARDE 15h	Aroz, Feijão caraca, Onofre assado, legumes refogados (abobrinha e cenoura) + maçã	Aroz, Feijão preto, Bolo de carne ao molho, salada de aipoia + laranja	Suco de acerola + bolo de laranja sem lactose + banana	Aroz, Feijão preto, Carne ao molho, Pão de carne + salada de beterraba + melão	Aroz, Feijão preto, Carne ao molho, Pão de carne + salada de beterraba + melão	22 Kcal	20 Kcal
	SEGUNDA 29/09/2025	TERÇA 30/09/2025				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
DESJEJUM 7:30H/8:00H	Leite sem lactose com banana + biscoito polvilho sem lactose	Chá com leite sem lactose + pão de milho sem lactose + manteiga sem lactose				843 Kcal	478 Kcal
MERENDA MANHÃ 10h	Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alface + melão	Macarão parafuso + Frango ao molho desfiado + salada de cenoura + maçã				95 Kcal	92 Kcal
MERENDA TARDE 15h	Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alface + melão	Macarão parafuso + Frango ao molho desfiado + salada de cenoura + maçã				32 Kcal	23 Kcal
						14 Kcal	12 Kcal

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

UNIDADE ESCOLAR

ALUNO


 Diretora das Escolas Rurais e Ilhas
 Maria Fátima de Jesus
 N° 7893 CRN 8° REGIÃO
 N° 1781


 Lígia Maria de Jesus
 N° 7893 CRN 8° REGIÃO
 N° 2321


 Camille Conceição de Carvalho
 N° 7893 CRN 8° REGIÃO
 N° 1102


 SEED-PA
 Secretaria de Educação do Estado do Pará
 Av. Augusto Montenegro, 1000 - Belém, PA
 CEP: 66095-000