

INTOLERÂNCIA À LACTOSE



BERÇÁRIO II, MATERNAL I E II (1-4 ANOS)		JUNHO/2026						
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 01	TERÇA-FEIRA 02	QUARTA-FEIRA 03 SABORES DA TERRA	QUINTA-FEIRA 04	SEXTA-FEIRA 05			
Café da manhã 07h45min	*Suco de uva integral *Banana *Pão de legumes com ovos mexidos	*Leite SL com uva passa e cacau *Maçã em pedaços *Pão de legumes com requeijão SL	*Iogurte SL *Banana *Pão de legumes com patê SL de frango ou peixe	FERIADO			RECESSO	
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão carioca *Carne moída ao molho *Polenta *MIX: Alface org., couve, cenoura e tomate *Laranja (Sobremesa)	*Arroz branco *Lentilha *Macarrão parafuso *Coxa ao molho *Brócolis org., repolho org. e pepino *Banana (Sobremesa)	*Arroz com cenoura *Feijão preto *Legumes cozidos: batata salsa org., batata doce, cenoura, batata inglesa, abobrinha. *Carne suína refogada *Alface e couve-flor orgânicos *Melão (Sobremesa)	FERIADO			RECESSO	
Lanche 13h	*Banana	*Melão	*Laranja	FERIADO			RECESSO	
Jantar 15h30min	*Risoto de carne moída e legumes *Feijão com bastante caldo	*Sopa de legumes (batata, cenoura, batata salsa e tomate) carne bovina e macarrão cab. de anjo	*Macarrão espaguete com frango desfiado e salada de alface em fininha com tomate	FERIADO			RECESSO	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 708	CHO (g) 55% à 65% do VET 97g à 115g	PTN (g) 10% à 15% do VET 18g à 27g	LPD (g) 25% à 35% do VET 20g à 28g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	695,94 kcal	103 g	22 g	23 g	130 mg	3 mg	108 mcg	38 mg

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

*Para os CMEIs que preferirem, 1 refeição do Jantar pode ser trocada por torta salgada e suco, ou bolo sem açúcar e mousse de banana e cacau podendo escolher qual dia será feita a troca.

*AS SALADAS PODEM SER OFERTADAS COM TEMPERO

* A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS SERÁ FORMADA PELO PROFESSOR (A) NA SALA DE AULA, CONFORME IDADE E MATURIDADE DE CADA CRIANÇA.

*PARA SOPAS UTILIZAR OS LEGUMES DISPONÍVEIS

INTOLERÂNCIA À LACTOSE



BERÇÁRIO II, MATERNAL I E II (1-4 ANOS)		JUNHO/2026						
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 8	TERÇA-FEIRA 9	QUARTA-FEIRA 10		QUINTA-FEIRA 11		SEXTA-FEIRA 12	
Café da manhã 07h45min	*Suco de uva integral *Banana *Pão de legumes com ovos mexidos	*Leite SL com uva passa e cacau *Maçã em pedaços *Pão de legumes com requeijão SL	*Iogurte SL *Banana *Pão de legumes com patê SL de frango ou peixe		*Leite SL com maçã (aquecido) *Banana *Pão de legumes c/ requeijão SL		*Iogurte SL com cereal matinal *Maçã em pedaços *Cookie	
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão preto *Quirera com peito de frango desfiado *Repolho, cenoura e tomate *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco e feijão carioca *Mandioca cozida *Carne moída ao molho *Alface e couve-flor *Maçã (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Macarrão caseiro com coxa ao molho *Beterraba e repolho *Ponkan (Sobremesa)		*Arroz parb. *Feijão carioca *Guisado de abóbora *Carne suína refogada *Brócolis e couve-flor *Kiwi (Sobremesa)		*Arroz branco *Feijão preto *Farofa colorida de espinafre *Ovo mexido *Mix: Alface e tomate com grão-de-bico *Abacaxi (Sobremesa)	
Lanche 13h	*Kiwi	*Ponkan	*Banana		*Abacaxi		*Maçã	
Jantar 15h30min	*Sopa de legumes (batata, cenoura, abobrinha, batata salsa e tomate) carne bovina e macarrão	*Risoto colorido bem ensopado com frango e feijão e salada de repolho	*Polenta cremosa com carne moída e salada de alface picada e tomate		*Sopa de legumes (batata, cenoura, batata salsa, chuchu e tomate) carne de frango e macarrão cab. de anjo		*Macarrão parafuso com carne bovina em tiras e salada de tomate	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 708	CHO (g) 55% à 65% do VET 97g à 115g	PTN (g) 10% à 15% do VET 18g à 27g	LPD (g) 25% à 35% do VET 20g à 28g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	728,57 kcal	108 g	25 g	23 g	134 mg	4 mg	75 mcg	43 mg

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

*Para os CMEIs que preferirem, 2 refeições do Jantar podem ser trocadas por bolo s/ açúcar + suco e pão de queijo e suco, podendo escolher qual dia será feito a troca.

*AS SALADAS PODEM SER OFERTADAS COM TEMPERO

* A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS SERÁ FORMADA PELO PROFESSOR (A) NA SALA DE AULA, CONFORME IDADE E MATURIDADE DE CADA CRIANÇA.

*PARA SOPAS UTILIZAR OS LEGUMES DISPONÍVEIS

INTOLERÂNCIA À LACTOSE



BERÇÁRIO II, MATERNAL I E II (1-4 ANOS)		JUNHO/2026						
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 15	TERÇA-FEIRA 16	QUARTA-FEIRA 17 SABORES DA TERRA		QUINTA-FEIRA 18	SEXTA-FEIRA 19		
Café da manhã 07h45min	*Suco de uva integral *Banana *Pão de legumes com ovos mexidos	*Leite SL com uva passa e cacau *Maçã em pedaços *Pão de legumes com requeijão SL	*Iogurte SL *Banana *Pão de legumes com patê SL de frango ou peixe		*Leite SL com maçã (aquecido) *Banana *Pão de legumes c/ requeijão SL	*Iogurte SL com cereal matinal *Maçã em pedaços *Cookie		
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão carioca *Polenta cremosa *Carne bovina desfiada acebolada *Alface e tomate *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco *Lentilha *Macarrão espaguete com carne moída *Couve-flor org. e cenoura *Manga (Sobremesa)	*Arroz com cenoura *Feijão preto *Batata doce cozida *Tilápia assada *Repolho e brócolis orgânicos *Pera (Sobremesa)		*Arroz parb. *Feijão carioca *Milho verde refogado *Coxa ao molho *Tomate e repolho roxo *Laranja (Sobremesa)	*Risoto colorido *Feijão preto *Maionese de batata (USAR LEITE SEM LACTOSE) *Repolho, cenoura e tomate *Melão (Sobremesa)		
Lanche 13h	*Melão	*Banana	*Manga		*Pera	*Laranja		
Jantar 15h30min	*Risoto de carne moída e legumes *Feijão com bastante caldo	*Sopa de legumes (batata, cenoura, batata salsa e tomate) carne bovina e macarrão cab. de anjo	*Macarrão penne com frango desfiado e salada de alface em fininha com tomate		*Sopa de lentilha/feijão (abobrinha, Batata, chuchu e brócolis) com coxa e macarrão cab. de anjo	*Quirera c/ carne suína e cenoura, salada de repolho *Feijão com bastante caldo		
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 708	CHO (g) 55% à 65% do VET 97g à 115g	PTN (g) 10% à 15% do VET 18g à 27g	LPD (g) 25% à 35% do VET 20g à 28g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	704,93 kcal	105 g	22 g	23 g	125 mg	3 mg	114 mcg	35 mg
CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR								
*Para os CMEIs que preferirem, 2 refeições do Jantar podem ser trocadas por esfirra e suco ou bolo sem açúcar e mousse de banana e cacau, podendo escolher qual dia será feita a troca.								

*AS SALADAS PODEM SER OFERTADAS COM TEMPERO

* A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS SERÁ FORMADA PELO PROFESSOR (A) NA SALA DE AULA, CONFORME IDADE E MATURIDADE DE CADA CRIANÇA.

*PARA SOPAS UTILIZAR OS LEGUMES DISPONÍVEIS

INTOLERÂNCIA À LACTOSE



BERÇÁRIO II, MATERNAL I E II (1-4 ANOS)		JUNHO/2026						
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 22	TERÇA-FEIRA 23	QUARTA-FEIRA 24		QUINTA-FEIRA 25		SEXTA-FEIRA 26	
Café da manhã 07h45min	*Suco de uva integral *Banana *Pão de legumes com ovos mexidos	*Leite SL com uva passa e cacau *Maçã em pedaços *Pão de legumes com requeijão SL	*Iogurte SL *Banana *Pão de legumes com patê SL de frango ou peixe		*Leite SL com maçã (aquecido) *Banana *Pão de legumes c/ requeijão SL		*Iogurte SL com cereal matinal *Maçã em pedaços *Cookie	
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão preto *Quirera com peito de frango desfiado *Tomate com grão de bico e beterraba *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco *Feijão carioca *Macarrão caseiro com carne moída ao molho *Repolho com cenoura e alface *Maçã (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Estrogonofe de carne bovina (USAR CREME DE LEITE ZERO LACTOSE) *Batata cozida com orégano *Couve-flor e beterraba cozida *Mamão (Sobremesa)		*Arroz parb. *Feijão carioca *Farofa colorida *Coxa refogada/molho *Brócolis e tomate *Ponkan (Sobremesa)		*Arroz branco *Feijão preto *Tilápia cozida com legumes (abobrinha org., cenoura e batata) *Cenoura e couve-flor *Abacate (Sobremesa)	
Lanche 13h	*Maçã	*Banana	*Abacate		*Mamão		*Ponkan	
Jantar 15h30min	*Sopa de legumes (batata, cenoura, abobrinha, batata salsa e tomate) carne bovina e macarrão	*Risoto colorido bem ensopado com frango e feijão e salada de repolho	*Polenta cremosa com carne moída e salada de alface picada e tomate		*Sopa de legumes (batata, cenoura, batata salsa, chuchu e tomate) carne de frango e macarrão cab. de anjo		*Macarrão espaguete integral com carne bovina em tiras e salada de tomate	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 708	CHO (g) 55% à 65% do VET 97g à 115g	PTN (g) 10% à 15% do VET 18g à 27g	LPD (g) 25% à 35% do VET 20g à 28g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	728,5 kcal	107 g	22 g	25 g	139 mg	4 mg	82 mcg	42 mg

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

*Para os CMEIs que preferirem, 2 refeições do Jantar podem ser trocadas por quibe e suco, bolo sem açúcar e suco, podendo escolher qual dia será feito a troca.

Vanessa Pin
Nutricionista da Educação Escolar
CRN: 99000

***AS SALADAS PODEM SER OFERTADAS COM TEMPERO**

*** A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS SERÁ FORMADA PELO PROFESSOR (A) NA SALA DE AULA, CONFORME IDADE E MATURIDADE DE CADA CRIANÇA.**

***PARA SOPAS UTILIZAR OS LEGUMES DISPONÍVEIS**