



## ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - APLV BERÇÁRIO II, MATERNAL I E II (1-4 ANOS) NOVEMBRO - 2024

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 4	TERÇA-FEIRA 5	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 6		QUINTA-FEIRA 7	SEXTA-FEIRA 8		
Café da manhã 07h45min	*Suco de uva s/ açúcar *Banana em pedaços *Pão s/ açúcar com ovo mexido	*Leite arroz c/ uva passa e cacau *Maçã em pedaços *Pão c/ requeijão c/ leite veg. (Arroz ou soja)	*Chá natural *Banana em pedaços *Cookie		*Água de coco/suco de uva *Maçã em pedaços *Pão c/ requeijão de soja	*Iogurte vegetal e cereal *Banana em pedaços		
Almoço 10h30min	*Arroz *Feijão preto *Carne moída *Polenta *Repolho, cenoura e tomate *Banana (Sobremesa)	*Arroz com cenoura *Lentilha *Coxa refogada desfiada *Batata doce assada ou salgada *Beterraba e alface *Maçã (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Peixe assado/ensopado *Farofa col. com grão de bico *Brócolis e Couve-flor (orgân.) *Laranja bahia (Sobremesa)		*Arroz *Feijão carioca *Macarrão parafuso integral com carne moída *Repolho e couve flor org. *Ameixa (Sobremesa)	*Risoto com peito de frango *Feijão preto *Maionese de Batata (usar leite de arroz) *Beterraba, brócolis *Melão (Sobremesa)		
Lanche 13h	*Maçã	*Banana	*Melão		*Laranja bahia	*Ameixa		
Jantar 15h15min	*Macarrão espaguete com frango desfiado ao molho e beterraba	*Sopa de legumes (batata, abobrinha e cenoura, brócolis) com peito desfiado e macarrão cabelo de anjo	*Quirera com peito desfiado e cenoura, e salada de Alface		*Sopa de feijão c/ legumes (Cenoura, batata, brócolis, abobrinha) com carne bovina e macarrão cabelo de anjo	*Polentina cremosa com peixe ensopado e salada de repolho e cenoura		
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 708	<b>CHO (g)</b> 55% à 65% do VET 97g à 115g	<b>PTN (g)</b> 10% à 25% do VET 18g à 27g	<b>LPD (g)</b> 20% à 35% do VET 20g à 28g	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>	<b>Vit A (mcg)</b>	<b>Vit C (mg)</b>
	707,2 kcal	106 g	24 g	24 g	336 mg	9 mg	125 mcg	66 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 ou bolo de banana c/aveia, 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

**ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - APLV**  
**BERÇÁRIO II, MATERNAL I E II (1-4 ANOS)**  
**NOVEMBRO - 2024**



HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 11	TERÇA-FEIRA 12	QUARTA-FEIRA 13	QUINTA-FEIRA 14	SEXTA-FEIRA 15			
Café da manhã 07h45min	*Suco de uva s/ açúcar *Banana em pedaços *Pão s/ açúcar com ovo mexido	*Leite arroz c/ uva passa e cacau *Maçã em pedaços *Pão c/ requeijão c/ leite veg. (Arroz ou soja)	*Chá natural *Banana em pedaços *Cookie	*Água de coco/suco de uva *Maçã em pedaços *Pão c/ requeijão c/ leite veg. (Arroz ou soja)	<b>*FERIADO</b>			
Almoço 10h30min	*Arroz *Feijão preto *Mandioca com coxa ao molho *Tomate, cenoura cozida *Melancia (Sobremesa)	*Arroz colorido *Feijão carioca *Quirera com carne moída *Alface e tomate *Abacaxi (Sobremesa)	*Arroz *Lentilha *Macarrão caseiro com peito desfiado ao molho *Repolho roxo, acelga e couve refogada *Uva (Sobremesa)	*Arroz branco *Feijão preto *Tilápia assada/ensopado *Purê de batata com leite vegetal *Alface e brócolis *Manga (Sobremesa)	<b>*FERIADO</b>			
Lanche 13h	*Abacaxi	*Uva	*Manga	*Melancia	<b>*FERIADO</b>			
Jantar 15h15min	*Macarrão penne com carne moída e salada de alface	*Risoto colorido e repolho	*Polenta com tilápia e tomate	*Sopa de legumes (batata, abobrinha e cenoura, couve) com peito desfiado e macarrão cabelo de anjo	<b>*FERIADO</b>			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 708	<b>CHO (g)</b> 55% à 65% do VET 97g à 115g	<b>PTN (g)</b> 10% à 25% do VET 18g à 27g	<b>LPD (g)</b> 20% à 35% do VET 20g à 28g	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>	<b>Vit A (mcg)</b>	<b>Vit C (mg)</b>
	708,8 kcal	103 g	26 g	24 g	129 mg	5 mg	192 mcg	56 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 mousse de banana com quibe e pão de queijo, 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**

**ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - APLV**  
**BERÇÁRIO II, MATERNAL I E II (1-4 ANOS)**  
**NOVEMBRO - 2024**



HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 18	TERÇA-FEIRA 19	QUARTA-FEIRA 20	QUINTA-FEIRA 21	SEXTA-FEIRA 22			
Café da manhã 07h45min	*Iogurte vegetal e cereal *Banana em pedaços	*Suco de uva s/ açúcar *Maçã em pedaços *Pão s/ açúcar com ovo mexido	<b>*FERIADO</b>	<b>*FERIADO</b>	<b>*RECESSO</b>			
Almoço 10h30min	*Arroz *Feijão preto *Carne moída ao molho *Polenta cremosa *Repolho e tomate *Morango (Sobremesa)	*Risoto com peito de frango desfiado *Feijão preto *Legumes refogados *Repolho e cenoura *Maçã (Sobremesa)	<b>*FERIADO</b>	<b>*FERIADO</b>	<b>*RECESSO</b>			
Lanche 13h	*Banana	*Morango	<b>*FERIADO</b>	<b>*FERIADO</b>	<b>*RECESSO</b>			
Jantar 15h15min	*Macarrão espaguete com frango desfiado ao molho e beterraba	*Quirera com carne suína desfiado com cenoura, repolho roxo	<b>*FERIADO</b>	<b>*FERIADO</b>	<b>*RECESSO</b>			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 708	<b>CHO (g)</b> 55% à 65% do VET 97g à 115g	<b>PTN (g)</b> 10% à 25% do VET 18g à 27g	<b>LPD (g)</b> 20% à 35% do VET 20g à 28g	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>	<b>Vit A (mcg)</b>	<b>Vit C (mg)</b>
	708,5 kcal	114 g	24 g	20 g	786 mg	15 mg	83 mcg	208 mg
<b>CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR</b>								
*Para os CMEIs que preferirem, 1 refeições do Jantar podem ser trocadas por torta salgada e bolo sem açúcar, 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

## ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - APLV BERÇÁRIO II, MATERNAL I E II (1-4 ANOS)

### NOVEMBRO - 2024



HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 25	TERÇA-FEIRA 26	QUARTA-FEIRA 27 SABORES DA TERRA		QUINTA-FEIRA 28		SEXTA-FEIRA 29	
Café da manhã 07h45min	*Suco de uva s/ açúcar *Banana em pedaços *Pão s/ açúcar com ovo mexido	*Leite arroz c/ uva passa e cacau *Maçã em pedaços *Pão c/ requeijão c/ leite veg. (Arroz ou soja)	*Chá natural *Banana em pedaços *Cookie		*Água de coco/suco de uva *Maçã em pedaços *Pão c/ requeijão c/ leite veg. (Arroz ou soja)		*Iogurte vegetal (leite arroz) *Banana em pedaços *Pão s/ açúcar com patê de frango com leite vegetal (arroz ou soja)	
Almoço 10h30min	*Arroz integral *Feijão preto *Quirera c/ carne suína refogada *Repolho e cenoura *Melancia (Sobremesa)	*Arroz e lentilha *Batata com orégano *Strogonoff bovino (leite de arroz engrossado c/ amido) *Alface e Brócolis *Banana (Sobremesa)	*Arroz *Feijão preto *Coxa ao molho *Batata doce *Couve flor e Brócolis orgân. *Morango (Sobremesa)		*Arroz colorido *Feijão carioca *Macarrão caseiro c/ carne em cubos ao molho *Repolho, tomate, couve e cenoura *Mamão (Sobremesa)		*Arroz e feijão preto *Panqueca colorida (couve e beterraba) sem leite com carne moída *Beterraba e acelga *Manga (Sobremesa)	
Lanche 13h	*Banana	*Manga	*Melancia		*Abacaxi		*Mamão	
Jantar 15h15min	*Sopa de legumes (Cenoura, batata, brócolis, couve flor) com peito de frango desfiado e macarrão cabelo de anjo	*Quirera com carne suína e salada de repolho e cenoura	*Caldo de mandioca com carne bovina desfiada e salada de repolho		*Polenta com carne moída e couve-flor e brócolis		*Risoto colorido com frango e feijão e salada de beterraba	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 708	CHO (g) 55% à 65% do VET 97g à 115g	PTN (g) 10% à 25% do VET 18g à 27g	LPD (g) 20% à 35% do VET 20g à 28g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	707 kcal	107 g	25 g	23 g	151 mg	8 mg	186 mcg	103 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 Pão de Queijo recheado e Quibe, podendo escolher qual dia será feito a troca.

*Vanessa Pan*  
Vanessa Pan  
Nutricionista da Merenda Escolar  
CRN: 89800

\*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