

## DIABETES



### FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS) PRÉ-ESCOLAR I (4-6 ANOS)

### AGOSTO/2025

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 04	TERÇA-FEIRA 05	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 06	QUINTA-FEIRA 07	SEXTA-FEIRA 08
Lanche da manhã 10h00min	*Polenta cremosa *Carne moída com molho	*Arroz <b>integral</b> *Lentilha	*Arroz <b>integral</b> com cenoura	*Quibe assado *Chá ou suco de maracujá (usar <b>adoçante</b> )	*Risoto colorido (arroz <b>integral</b> ) *Feijão preto
Lanche da tarde: 15h00min	*Mix: Repolho com cenoura e tomate * <b>Maçã</b> (Sobremesa)	*Macarrão parafuso integral c/ frango caipira *Alface e tomate com grão de bico * <b>Laranja</b> (Sobremesa)	*Feijão preto *Carne suína *Brócolis e couve-flor orgânicos * <b>Maçã</b> (Sobremesa)	*Laranja (Sobremesa)	*Maionese de batata *Beterraba cozida e brócolis * <b>Maçã</b> (Sobremesa)
Composição nutricional 20% do VET	<b>Energia (Kcal)</b> *VR: 270	<b>CHO (g)</b> 55% à 65% do VET 37g à 44g	<b>PTN (g)</b> 10% à 25% do VET 7g à 10g	<b>LPD (g)</b> 20% à 35% do VET 8g à 11g	
(Média semanal)	270,8	41,12	9,4	9,2	

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

## DIABETES



### FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS) PRÉ-ESCOLAR I (4-6 ANOS)

### AGOSTO/2025

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 11	TERÇA-FEIRA 12	QUARTA-FEIRA 13	QUINTA-FEIRA 14	SEXTA-FEIRA 15
Lanche da manhã: 10h00min	*Arroz <b>integral</b> *Feijão carioca *Macarrão <b>integral</b> com carne moída	*Canjica cremosa com coco e <b>adoçante</b> *Bolacha integral *Maçã (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Frango caipira ao molho *Mandioca cozida *Brócolis e couve-flor *Laranja (sobremesa)	*Pão de queijo *Café com leite ( <b>com adoçante</b> ) *Maçã (Sobremesa)	*Quirera com carne suína *MIX: Repolho roxo, acelga, tomate e cenoura * <b>Laranja</b> (sobremesa)
Lanche da tarde: 15h00min	*Alface e cenoura * <b>Laranja</b> (sobremesa)				
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	<b>Energia (Kcal)</b> *VR: 270 <b>271</b>	<b>CHO (g)</b> 55% à 65% do VET 37g à 44g <b>37,58</b>	<b>PTN (g)</b> 10% à 25% do VET 7g à 10g <b>8,38</b>	<b>LPD (g)</b> 20% à 35% do VET 8g à 11g <b>10,7</b>	

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

DIABETES					
FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS) PRÉ-ESCOLAR I (4-6 ANOS)			AGOSTO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 18	TERÇA-FEIRA 19	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 20	QUINTA-FEIRA 21	SEXTA-FEIRA 22
Lanche da manhã: 10h00min	*Arroz <b>integral</b> com cenoura	*Bolo de chocolate sem leite ( <b>com adoçante, sem cobertura</b> )	*Arroz <b>integral</b>	*Risoto colorido (arroz <b>integral</b> )	<h2>CONSELHO DE CLASSE</h2>
Lanche da tarde: 15h00min	*Feijão preto	*Chá de cidreira ( <b>com adoçante</b> )	*Lentilha	*Feijão preto	
	*Carne bovina ao molho	*Laranja (Sobremesa)	*Polenta cremosa	*Maionese de batata	
	*Macarrão <b>integral</b>		*Peixe ensopado	*Couve-flor, brócolis e Beterraba	
	*MIX: Couve, tomate e cenoura		*Alface e repolho orgânicos	*Maçã (Sobremesa)	
	*Maçã (Sobremesa)		*Ameixa (Sobremesa)		
Composição nutricional 20% do VET	<b>Energia (Kcal)</b> *VR: 270	<b>CHO (g)</b> 55% à 65% do VET 37g à 44g	<b>PTN (g)</b> 10% à 25% do VET 7g à 10g	<b>LPD (g)</b> 20% à 35% do VET 8g à 11g	
(Média semanal)	270,8	41,86	9	8,56	

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

## DIABETES

### FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS) PRÉ-ESCOLAR I (4-6 ANOS)

### AGOSTO/2025



HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 25	TERÇA-FEIRA 26	QUARTA-FEIRA 27	QUINTA-FEIRA 28	SEXTA-FEIRA 29
Lanche da manhã: 10h00min	*Arroz <b>integral</b> *Feijão carioca *Mandioca cozida *Carne moída	*Sopa de legumes com carne (batata inglesa, batata salsa, abobrinha, cenoura, brócolis, couve-flor e repolho) e macarrão <b>integral</b>	*Arroz integral *Feijão preto *Tilápia assada	*Sanduíche (pão <b>integral</b> ) com queijo e presunto, alface e tomate * <b>logurte natural integral</b>	*Arroz <b>integral</b> *Estrogonofe de frango *Batata cozida c/ orégano
Lanche da tarde: 15h00min	*Alface e repolho * <b>Laranja</b> (sobremesa)	cenoura, brócolis, couve-flor e repolho) e macarrão <b>integral</b> *Maçã (Sobremesa)	*MIX: Acelga, cenoura e tomate *Laranja (sobremesa)	* <b>Maçã</b> (Sobremesa)	*Couve-flor, brócolis e repolho roxo *Mamão (Sobremesa)
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	<b>Energia (Kcal)</b> *VR: 270 270,2	<b>CHO (g)</b> 55% à 65% do VET 37g à 44g 37,68	<b>PTN (g)</b> 10% à 25% do VET 7g à 10g 10,42	<b>LPD (g)</b> 20% à 35% do VET 8g à 11g 9,84	

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

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR