

INTOLERÂNCIA À LACTOSE					
PRÉ-ESCOLA (4-6 ANOS)			MAIO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 05	TERÇA-FEIRA 06	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 07	QUINTA-FEIRA 08	SEXTA-FEIRA 09
Café da manhã 07h45min	*Leite SL c/ chocolate 50% *Pão com requeijão SL *Banana	*Café com Leite SL *Bolacha APLV *Maçã	*Chá Matte *Pão com doce orgânico *Banana	*Café com leite SL *Pão com requeijão SL *Maçã	*Chá matte *Pão com ovo mexido *Banana
Lanche da manhã 10h00min Lanche da tarde: 15h00min	*Polenta cremosa *Frango caipira com molho *Mix: Repolho com cenoura e tomate *Banana (Sobremesa)	*Arroz parb. *Lentilha *Macarrão espaguete c/ carne moída ao molho *Tomate com grão de bico *Ponkan (Sobremesa)	*Arroz parb. com cenoura *Feijão preto *Carne suína *Batata doce *Alface e couve flor *Banana (Sobremesa)	*Quibe assado *Café com leite SL (usar açúcar mascavo) *Manga (Sobremesa)	*Risoto colorido (arroz branco) e Feijão preto *Maionese de batata c/ leite SL *Beterraba cozida e couve-flor *Melão (Sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 405	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 66g	PTN (g) 10% à 25% do VET 10g à 15g	LPD (g) 20% à 35% do VET 11g à 16g	
	kcal	g	g	g	
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 270	CHO (g) 55% à 65% do VET 37g à 44g	PTN (g) 10% à 25% do VET 7g à 10g	LPD (g) 20% à 35% do VET 8g à 11g	
	kcal	g	g	g	

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

INTOLERÂNCIA À LACTOSE					
PRÉ-ESCOLA (4-6 ANOS)			MAIO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 12	TERÇA-FEIRA 13	QUARTA-FEIRA 14	QUINTA-FEIRA 15	SEXTA-FEIRA 16
Café da manhã 07h45min	*Leite SL c/ chocolate 50% *Pão de legumes com requeijão SL *Banana	*Café com Leite SL *Bolacha APLV *Maçã	*Chá Matte *Pão de legumes com doce *Banana	*Café com leite SL *Pão com requeijão SL *Maçã	*Chá matte *Pão de legumes com ovo mexido *Banana
Lanche da manhã: 10h00min Lanche da tarde: 15h00min	*Arroz branco *Feijão carioca *Quirera com carne suína *Alface e beterraba *Banana (sobremesa)	*Canjica cremosa com leite SL (coco e açúcar mascavo) *Bolacha APLV *Maçã (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Frango caipira ao molho *Mandioca cozida *Pepino e brócolis *Laranja (sobremesa)	*Torta salgada (usar grão de bico na massa) sem leite com frango e legumes (brócolis, cenoura e tomate, milho e ervilha e orégano) *Leite SL com chocolate *Banana (Sobremesa)	*Macarronada caseira com carne moída *Milho verde espiga em pedaços cozido *MIX: Repolho roxo, couve, tomate e cenoura *Abacaxi (sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 405	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 66g	PTN (g) 10% à 25% do VET 10g à 15g	LPD (g) 20% à 35% do VET 11g à 16g	
	kcal	g	g	g	
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 270	CHO (g) 55% à 65% do VET 37g à 44g	PTN (g) 10% à 25% do VET 7g à 10g	LPD (g) 20% à 35% do VET 8g à 11g	
	kcal	g	g	g	

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

INTOLERÂNCIA À LACTOSE					
PRÉ-ESCOLA (4-6 ANOS)			MAIO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 19	TERÇA-FEIRA 20	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 21	QUINTA-FEIRA 22	SEXTA-FEIRA 23
Café da manhã 07h45min	*Leite SL c/ chocolate 50% *Pão com requeijão SL *Banana	*Café com Leite SL *Bolacha APLV *Maçã	*Chá Matte *Pão com doce orgânico *Banana	*Café com leite SL *Pão com requeijão SL *Maçã	*Chá matte *Pão com ovo mexido *Banana
Lanche da manhã 10h00min	*Farofa colorida (Carne, cenoura, couve, repolho, milho, ervilha) *Chá matte	*Arroz parb. *Lentilha *Carne moída ao molho *Polenta cremosa	*Bolo de abóbora sem leite (com cobertura) *Café com leite SL (usar açúcar mascavo)	*Arroz parb. com cenoura *Feijão preto *Carne bovina ao molho	*Risoto colorido (arroz branco) *Feijão preto
Lanche da tarde: 15h00min	*Banana (Sobremesa)	*Alface e tomate com grão de bico *Ponkan (Sobremesa)	*Manga (Sobremesa)	*Macarrão parafuso integral (alho e óleo) *Beterraba e couve-flor *Banana (Sobremesa)	*Maionese de mandioca com leite SL *Repolho, cenoura e tomate
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 405	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 66g	PTN (g) 10% à 25% do VET 10g à 15g	LPD (g) 20% à 35% do VET 11g à 16g	
	kcal	g	g	g	
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 270	CHO (g) 55% à 65% do VET 37g à 44g	PTN (g) 10% à 25% do VET 7g à 10g	LPD (g) 20% à 35% do VET 8g à 11g	
	kcal	g	g	g	

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

INTOLERÂNCIA À LACTOSE					
PRÉ-ESCOLA (4-6 ANOS)			MAIO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 26	TERÇA-FEIRA 27	QUARTA-FEIRA 28	QUINTA-FEIRA 29	SEXTA-FEIRA 30
Café da manhã 07h45min	*Leite SL c/ chocolate 50% *Pão de legumes com requeijão SL *Banana	*Café com Leite SL *Bolacha APLV *Maçã	*Chá Matte *Pão de legumes com doce *Banana	*Café com leite SL *Pão com requeijão SL *Maçã	*Chá matte *Pão de legumes com ovo mexido *Banana
Lanche da manhã 10h00min Lanche da tarde: 15h00min	*Arroz parb. *Feijão carioca *Macarrão penne com carne moída *Alface e repolho *Banana (sobremesa)	*Sopa de legumes com carne (batata, chuchu, tomate, cenoura e brócolis) e macarrão cabelo de anjo *Maçã (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Coxa ao molho *Batata doce *Acelga e brócolis *Laranja (sobremesa)	*Sanduíche (pão fatiado) com patê de frango (usar no patê tomate, cenoura e legumes disponíveis no dia, milho, ervilha e orégano) *Chá de maracujá *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco *Strogonoff bovino *Batata com orégano *MIX: Acelga, tomate, repolho roxo e cenoura *Mamão (Sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 405	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 66g	PTN (g) 10% à 25% do VET 10g à 15g	LPD (g) 20% à 35% do VET 11g à 16g	 Vanessa Pan Nutricionista da Merenda Escolar CRN: 89800
	kcal	g	g	g	
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 270	CHO (g) 55% à 65% do VET 37g à 44g	PTN (g) 10% à 25% do VET 7g à 10g	LPD (g) 20% à 35% do VET 8g à 11g	
	kcal	g	g	g	

****Estes cardápios estão sujeitos a alterações, principalmente de frutas e hortaliças.**

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR