

INTOLERÂNCIA À LACTOSE



PRÉ-ESCOLA (4-6 ANOS)		ABRIL/2026			
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 30	TERÇA-FEIRA 31	QUARTA-FEIRA 01	QUINTA-FEIRA 02	SEXTA-FEIRA 03
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	RECESSO	FERIADO
Lanche da manhã 10h00min Lanche da tarde: 15h00min	*Polenta cremosa com coxa ao molho *Mix: repolho, cenoura e tomate *Açaí com banana, morango e leite em pó ZERO LACTOSE (Sobremesa)	*Pizza mista (Frango, queijo, presunto, milho, ervilha, tomate e orégano) - USAR QUEIJO ZERO LACTOSE *Suco de uva *Manga (Sobremesa)	*Arroz com cenoura *Feijão preto *Batata doce *Carne suína *Alface e couve-flor orgânicos *Melão (Sobremesa)	RECESSO	FERIADO
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 405 405 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 66g 62 g	PTN (g) 10% à 15% do VET 10g à 15g 13 g	LPD (g) 15% à 30% do VET 11g à 16g 13 g	
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 270 270,6 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 37g à 44g 41 kcal	PTN (g) 10% à 15% do VET 7g à 10g 9 kcal	LPD (g) 15% à 30% do VET 8g à 11g 9 kcal	
CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR					

INTOLERÂNCIA À LACTOSE



PRÉ-ESCOLA (4-6 ANOS)

ABRIL/2026

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 06	TERÇA-FEIRA 07	QUARTA-FEIRA 08	QUINTA-FEIRA 09	SEXTA-FEIRA 10
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	*Leite SL c/ chocolate 50% *Cuca SL com manteiga SL *Maçã	*Chá matte *Pão de legumes com ovo mexido *Banana
Lanche da manhã: 10h00min Lanche da tarde: 15h00min	*Quirera com carne suína *Feijão carioca *Brócolis e tomate com grão de bico *Banana (sobremesa)	*Bolo de cenoura (SEM LEITE) com cobertura de coco *Suco de uva *Melancia (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Macarrão caseiro com carne moída ao molho *Alface, couve-flor e Beterraba *Maçã (sobremesa)	*Pão de queijo recheado c/ frango e legumes (cenoura , milho, ervilha, tomate e orégano) - USAR QUEIJO ZERO LACTOSE *Café c/ leite SL (açúcar masc.) *Banana (sobremesa)	*Risoto (arroz branco e coxa) *Maionese/purê de batata (LEITE/MANTEIGA SL) *Mix: Repolho, espinafre , cenoura e tomate *Abacaxi (sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 405 405,2 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 66g 64 g	PTN (g) 10% à 15% do VET 10g à 15g 13 g	LPD (g) 15% à 30% do VET 11g à 16g 12 g	
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 270 270,2 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 37g à 44g 44 g	PTN (g) 10% à 15% do VET 7g à 10g 10 g	LPD (g) 15% à 30% do VET 8g à 11g 8 g	

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

INTOLERÂNCIA À LACTOSE



PRÉ-ESCOLA (4-6 ANOS)		ABRIL/2026			
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 13	TERÇA-FEIRA 14	QUARTA-FEIRA 15 SABORES DA TERRA	QUINTA-FEIRA 16	SEXTA-FEIRA 17
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	*Leite SL c/ chocolate 50% *Cuca SL com manteiga SL *Maçã	*Chá matte *Pão de legumes com ovo mexido *Banana
Lanche da manhã 10h00min Lanche da tarde: 15h00min	*Polenta *Frango caipira ao molho *Mix: Repolho verde, roxo, cenoura e tomate *Banana (Sobremesa)	*Farofa colorida de ovo e couve e cenoura *Chá cidreira/hortelã *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco *Feijão preto *Vaca atolada (ou Mandioca c/carne bovina) *Alface, repolho e brócolis orgânicos *Ponkan (Sobremesa)	*Torta salgada (massa sem LEITE), com frango e legumes *Suco de frutas vermelhas *Manga (Sobremesa)	*Arroz parb. *Lentilha *Batata doce *Tilápia assada *Couve-flor e tomate *Melão(Sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 405 403,7 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 66g 64 g	PTN (g) 10% à 15% do VET 10g à 15g 11 g	LPD (g) 15% à 30% do VET 11g à 16g 12 g	
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 270 270,7 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 37g à 44g 43 g	PTN (g) 10% à 15% do VET 7g à 10g 8 g	LPD (g) 15% à 30% do VET 8g à 11g 8 g	

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

INTOLERÂNCIA À LACTOSE



PRÉ-ESCOLA (4-6 ANOS)		ABRIL/2026			
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 20	TERÇA-FEIRA 21	QUARTA-FEIRA 22	QUINTA-FEIRA 23	SEXTA-FEIRA 24
Café da manhã 07h45min	RECESSO	FERIADO	*Chá Matte *Pão com doce orgânico *Banana	*Leite SL c/ chocolate 50% *Cuca SL com manteiga SL *Maçã	*Chá matte *Pão de legumes com ovo mexido *Banana
Lanche da manhã 10h00min Lanche da tarde: 15h00min	RECESSO	FERIADO	*Arroz com cenoura *Feijão preto *Carne bovina acebolada *Milho verde refogado *Brócolis e couve-flor *Banana (sobremesa)	*Panqueca de carne moída SEM LEITE (massa beterraba e cenoura) ou *Macarrão parafuso com carne moída *Alface e tomate *Mamão (sobremesa)	*Risoto colorido *Purê ou maionese de batata (LEITE/MANTEIGA SL) *Repolho, cenoura e tomate *Maçã (Sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 405 404,5 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 66g 65 g	PTN (g) 10% à 15% do VET 10g à 15g 13 g	LPD (g) 15% à 30% do VET 11g à 16g 12 g	CASO ESCOLHA PREPARAR PANQUECA DEVE INCLUIR ARROZ NO CARDÁPIO
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 270 270,3 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 37g à 44g 40 g	PTN (g) 10% à 15% do VET 7g à 10g 9 g	LPD (g) 15% à 30% do VET 8g à 11g 9 g	

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

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

INTOLERÂNCIA À LACTOSE



PRÉ-ESCOLA (4-6 ANOS)

ABRIL/2026

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 27	TERÇA-FEIRA 28	QUARTA-FEIRA 29	QUINTA-FEIRA 30	SEXTA-FEIRA 01
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	*Leite SL c/ chocolate 50% *Cuca SL com manteiga SL *Maçã	FERIADO
Lanche da manhã: 10h00min Lanche da tarde: 15h00min	*Quirera com carne bovina *Feijão preto *Repolho com cenoura e vagem *Banana (Sobremesa)	*Quibe assado *Chá matte *Abacate (Sobremesa)	*Arroz parb. *Feijão carioca *Guisado de abóbora *Tilápia assada/refogada *Alface, beterraba e couve *Jabuticaba/banana (Sobremesa)	*Sopa de legumes (Abobrinha, batata, batata salsa, cenoura, brócolis) com coxa e macarrão cabelo de anjo *Laranja (Sobremesa)	FERIADO
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 405 406 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 66g 64 g	PTN (g) 10% à 25% do VET 10g à 15g 13 g	LPD (g) 20% à 35% do VET 11g à 16g 13 g	
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 270 270,5 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 37g à 44g 40 g	PTN (g) 10% à 25% do VET 7g à 10g 9 g	LPD (g) 20% à 35% do VET 8g à 11g 10 g	
**Estes cardápios estão sujeitos a alterações, principalmente de frutas e hortaliças.					