

INTOLERÂNCIA À LACTOSE								
BERÇÁRIO II, MATERNAL I E II (1-4 ANOS)				FEVEREIRO/2026				
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 02	TERÇA-FEIRA 03	QUARTA-FEIRA 04	QUINTA-FEIRA 05	SEXTA-FEIRA 06			
Café da manhã 07h45min	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	*Leite com maçã (aquecido) *Banana *Pão de legumes c/ requeijão SL		*Iogurte SL com cereal matinal *Maçã em pedaços *Cookie		
Almoço 10h30min	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	*Arroz branco *Lentilha *Macarrão parafuso *Carne moída *Alface e tomate *Banana (Sobremesa)		*Risoto colorido *Feijão preto *Repolho, cenoura e tomate *Maçã (Sobremesa)		
Lanche 13h	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	*Melancia		*Banana		
Jantar 15h30min	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	*Arroz bem ensopado com peito desfiado e cenoura *Feijão com bastante caldo		*Quirera c/ carne moída 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)
	702,61 kcal	101 g	22 g	24 g	107 mg	4 mg	153 mcg	23 mg
CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR								
*Para os CMEIs que preferirem, 1 refeição do Jantar podem ser trocadas por torta salgada e suco, ou bolo sem açúcar e mousse de banana e cacau 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)

FEVEREIRO/2026

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 09	TERÇA-FEIRA 10	QUARTA-FEIRA 11		QUINTA-FEIRA 12		SEXTA-FEIRA 13	
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 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 carne suína *Repolho, cenoura e tomate *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco *Feijão carioca *Macarrão espaguete com carne moída *Alface e tomate com grão-de-bico *Melancia (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Carne bovina desfiada *Batata com orégano *Alface e beterraba *Laranja (Sobremesa)		*Arroz parb. *Feijão carioca *Tilápia assada/refogada *Batata doce *Repolho, cenoura e tomate *Maçã (Sobremesa)		*Arroz parb. *Feijão preto *Peito desfiado ao molho *Mandioca cozida *Chuchu e tomate *Manga (Sobremesa)	
Lanche 13h	*Laranja	*Banana	*Melancia		*Manga		*Maçã	
Jantar 15h30min	*Risoto colorido com frango e feijão e salada de repolho	*Sopa de legumes (batata, cenoura, abobrinha, batata salsa e tomate) carne bovina e macarrão	*Polenta cremosa com carne moída e salada de alface picada e tomate		*Arroz bem ensopado com peito desfiado e cenoura *Feijão com bastante caldo		*Macarrão parafuso integral com carne moída 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)
	718,23 kcal	102 g	24 g	24 g	114 mg	4 mg	260 mcg	36 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)				FEVEREIRO/2026					
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 16	TERÇA-FEIRA 17	QUARTA-FEIRA 18	QUINTA-FEIRA 19	SEXTA-FEIRA 20				
Café da manhã 07h45min	FÉRIAS	FERIADO	RECESSO	*Leite com maçã (aquecido) *Banana *Pão de legumes c/ requeijão SL	*Iogurte SL com cereal matinal *Maçã em pedaços *Cookie				
Almoço 10h30min	RECESSO	FERIADO	RECESSO	*Arroz parb. *Feijão preto *Carne moída *Polenta cremosa *Beterraba e tomate *Melão (Sobremesa)	*Risoto colorido *Feijão carioca *Purê de batata (usar manteiga SL) *Repolho, cenoura e tomate *Banana (Sobremesa)				
Lanche 13h	RECESSO	FERIADO	RECESSO	*Banana	*Melão				
Jantar 15h30min	RECESSO	FERIADO	RECESSO	*Pizza de frango com milho, ervilha e tomate (usar queijo SL) *Açaí com morango, banana e leite em pó SL	*Quirera c/ carne moída 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)	
	708,3 kcal	103 g	24 g	22 g	296 mg	5 mg	136 mcg	35 mg	
CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR									

*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)

FEVEREIRO/2026

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 23	TERÇA-FEIRA 24	QUARTA-FEIRA 25		QUINTA-FEIRA 26		SEXTA-FEIRA 27	
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 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 carne suína *Repolho e tomate com grão de bico *Banana (Sobremesa)	*Arroz parb. *Feijão carioca *Macarrão penne com peito desfiado ao molho *Repolho e alface *Morango (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Carne bovina desfiada refogada/acebolada *Batata doce assada/cozida *Alface e repolho *Melancia (Sobremesa)		*Arroz branco *Feijão carioca *Tilápia assada/ensopada com legumes (Batata, cenoura, Batata salsa) *Brócolis e couve flor *Abacaxi (Sobremesa)		*Arroz branco *Feijão preto *Panqueca sem leite (massa de beterraba/ cenoura) com carne moída *Pepino e tomate *Mamão (Sobremesa)	
Lanche 13h	*Morango	*Melancia	*Banana		*Mamão		*Abacaxi	
Jantar 15h30min	*Carreteiro colorido com carne bovina desfiada e salada de tomate	*Polenta cremosa com peixe ao molho e salada de alface picada e tomate	*Risoto colorido com frango e feijão e salada de repolho		*Macarrão espaguete/ caseiro com carne moída e salada de tomate		*Sopa de legumes (batata, cenoura, brócolis, abobrinha, couve-flor, batata salsa e tomate) frango e macarrão	
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)
	712,79 kcal	100 g	25 g	24 g	115 mg	5 mg	316 mcg	49 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 Piza
Vanessa Piza
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