

## Cópia de Lanche Julho a Dezembro - Alergia a peixes e frutos do mar

| REFEIÇÕES                                                                                                                                                                | SEGUNDA - 31/08/26                                                    | TERÇA - 01/09/26                                                                                                     | QUARTA - 02/09/26                                                                                      | QUINTA - 03/09/26                                                                                                | SEXTA - 04/09/26                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lanche da Tarde                                                                                                                                                          | Canjiquinha com carne suína                                           | Feijão preto   Arroz cozido   Carne músculo picado com extrato de tomate   Batata inglesa cozida (Purê)   Fruta Maça | Sopa de frango (coxa/sobrecoxa) batata/cenoura/repolho, caramujinho   Fruta banana                     | Feijão preto   Arroz cozido   Salada de tomate   Carne suína pernil refogado   Refogado Abobrinha picada simples | Farofa de repolho e cenoura   Ovo mexido   Arroz cozido                                                       |
| Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 449.94 / 1882.53 Proteína (g): 14.87 Lipídeos (g): 16.51 Carboidratos (g): 62.01 Sódio (mg): 1370.13 Fibra Alimentar (g): 7.80 |                                                                       |                                                                                                                      |                                                                                                        |                                                                                                                  |                                                                                                               |
| REFEIÇÕES                                                                                                                                                                | SEGUNDA - 07/09/26                                                    | TERÇA - 08/09/26                                                                                                     | QUARTA - 09/09/26                                                                                      | QUINTA - 10/09/26                                                                                                | SEXTA - 11/09/26                                                                                              |
| Lanche da Tarde                                                                                                                                                          | Feriado - Feriado                                                     | Carne moída com extrato de tomate   Macarrão espaguete ao sugo                                                       | Risoto de carne (arroz, carne bovina, cheiro verde)   Salada de alface   Fruta Laranja                 | Feijão (virado/farinha mandioca)   Carne suína pernil refogado   Salada de Pepino   Arroz cozido                 | Pudim de chocolate   Fruta banana                                                                             |
| Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 430.74 / 1802.20 Proteína (g): 13.47 Lipídeos (g): 9.92 Carboidratos (g): 72.16 Sódio (mg): 785.92 Fibra Alimentar (g): 7.14   |                                                                       |                                                                                                                      |                                                                                                        |                                                                                                                  |                                                                                                               |
| REFEIÇÕES                                                                                                                                                                | SEGUNDA - 14/09/26                                                    | TERÇA - 15/09/26                                                                                                     | QUARTA - 16/09/26                                                                                      | QUINTA - 17/09/26                                                                                                | SEXTA - 18/09/26                                                                                              |
| Lanche da Tarde                                                                                                                                                          | Polenta com molho de carne moída                                      | Feijão preto   Arroz cozido   Batata inglesa cozida   Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada                         | Macarrão penne com extrato tomate   Salada de repolho roxo   Carne músculo refogado desfiado   Morango | Risoto de frango (arroz, frango, cheiro verde)   Salada de alface                                                | Biscoito cream cracker   Leite, chocolate em pó, amido (chocolate quente)   Pera                              |
| Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 355.45 / 1487.22 Proteína (g): 12.80 Lipídeos (g): 9.41 Carboidratos (g): 55.09 Sódio (mg): 631.80 Fibra Alimentar (g): 5.03   |                                                                       |                                                                                                                      |                                                                                                        |                                                                                                                  |                                                                                                               |
| REFEIÇÕES                                                                                                                                                                | SEGUNDA - 21/09/26                                                    | TERÇA - 22/09/26                                                                                                     | QUARTA - 23/09/26                                                                                      | QUINTA - 24/09/26                                                                                                | SEXTA - 25/09/26                                                                                              |
| Lanche da Tarde                                                                                                                                                          | Canjiquinha com carne suína                                           | Farofa de repolho e cenoura   Ovo mexido   Arroz cozido                                                              | Canjica com coco   Fruta mamão                                                                         | Feijão preto   Arroz cozido   Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada   Refogado Abobrinha picada simples         | Sopa músculo, batata/cenoura/repolho mac caramujinho   Fruta banana                                           |
| Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 439.11 / 1837.23 Proteína (g): 13.11 Lipídeos (g): 15.37 Carboidratos (g): 63.22 Sódio (mg): 979.05 Fibra Alimentar (g): 6.32  |                                                                       |                                                                                                                      |                                                                                                        |                                                                                                                  |                                                                                                               |
| REFEIÇÕES                                                                                                                                                                | SEGUNDA - 28/09/26                                                    | TERÇA - 29/09/26                                                                                                     | QUARTA - 30/09/26                                                                                      | QUINTA - 01/10/26                                                                                                | SEXTA - 02/10/26                                                                                              |
| Lanche da Tarde                                                                                                                                                          | Carne moída com extrato de tomate   Macarrão penne com extrato tomate | Feijão preto   Arroz cozido   Batata inglesa cozida   Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada                         | Sagu com polpa de uva   Pera                                                                           | Feijão preto   Arroz cozido   Carne músculo picado com extrato de tomate   Refogado de repolho                   | Carne suína pernil refogado   Salada de Pepino   Arroz cozido   Feijão (virado/farinha milho)   Fruta Laranja |
| Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 471.28 / 1971.85 Proteína (g): 16.04 Lipídeos (g): 15.26 Carboidratos (g): 68.49 Sódio (mg): 1290.27 Fibra Alimentar (g): 9.05 |                                                                       |                                                                                                                      |                                                                                                        |                                                                                                                  |                                                                                                               |

Observações: