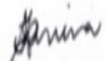
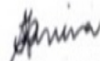


INTEGRAL I - Ensino Fundamental			Diabetes		11 - 15 anos		OUTUBRO 2026 SEMANA 1		
	Segunda-Feira		Terça-Feira		Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-Feira
	/ /		/ /		/ /		01/10/26		02/10/26
Manhã							D26.62D Pão integral sem açúcar com manteiga e uma fatia de queijo, leite com café sem açúcar* e uma banana		D26.07D Bolo de fubá mesclado com chocolate (50% aveia e sem açúcar*), leite com café sem açúcar* e uma laranja
							R26.161D Carne bovina em cubos ensopado com aipim e molho de tomate (feito na		LL24.253D Sanduíche de queijo (duas fatias de Pão integral sem açúcar sem
UMA REFEIÇÃO									
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	478,000	CHO - Carboidratos	75,000(g)	Pt - Proteínas	21,000(g)	Lip - Lipídios	10,500(g)	
DUAS REFEIÇÕES									
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	956,000	CHO - Carboidratos	150,000(g)	Pt - Proteínas	42,000(g)	Lip - Lipídios	21,000(g)	
Almoço							A25.168D Fricassê de peito de frango em iscas com molho branco (feito na escola) e milho verde congelado, arroz integral, batata doce assada, salada de rúcula e uma fatia de mamão.		A26.221D Carne bovina em iscas refogada com tomate, arroz integral, feijão, farofa de cenoura, salada de agrião e uma fatia de melão
UMA REFEIÇÃO									
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	580,500	CHO - Carboidratos	94,500(g)	Pt - Proteínas	26,000(g)	Lip - Lipídios	10,000(g)	
DUAS REFEIÇÕES									
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	1161,000	CHO - Carboidratos	189,000(g)	Pt - Proteínas	52,000(g)	Lip - Lipídios	20,000(g)	

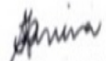
INTEGRAL I - Ensino Fundamental			Diabetes		11 - 15 anos		OUTUBRO 2026 SEMANA 1			
	Segunda-Feira		Terça-Feira		Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-Feira	
	/ /		/ /		/ /		01/10/26		02/10/26	
Tarde							LL25.04D Bolo de cenoura (sem açúcar e com 50% farinha de trigo integral), leite batido com banana, mamão e aveia e uma laranja.		R26.116D Polenta com molho de frango (frango desfiado e molho de tomate (feito na escola)), arroz integral, feijão, salada de acelga e uma fatia de mamão.	
UMA REFEIÇÃO										
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	264,500	CHO - Carboidratos	46,500(g)	Pt - Proteínas	12,000(g)	Lip - Lipídios	3,500(g)		
DUAS REFEIÇÕES										
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	529,000	CHO - Carboidratos	93,000(g)	Pt - Proteínas	24,000(g)	Lip - Lipídios	7,000(g)		

 SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DIRETORIA DE ENSINO GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR - GEADE PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR-PNAE  Marina Bastos Paim - CRN10 10257 (RT)  Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)					
	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	05/10/26	06/10/26	07/10/26	08/10/26	09/10/26
Manhã	D25.22D Sanduíche de queijo (duas fatias de pão integral sem açúcar, manteiga, uma fatia de queijo muçarela, tomate em fatia e alface), leite com café, sem açúcar* e R26.110 Arroz colorido com frango (arroz integral, peito de frango desfiado, vagem	D26.48D Pão integral sem açúcar com ovos mexidos, leite com café, sem açúcar* e uma laranja. *Caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia. LL26.295D Bolo de fubá mesclado com chocolate (50% aveia)* (sem açúcar**), adoçante 100% stevia	R24.164D Frango ensopado (coxa e sobrecoxa sem osso) com molho de tomate (feito na escola), arroz integral, feijão, aipim refogado com tempero verde, salada de abobrinha e uma fatia de mamão	D25.63D Pão integral sem açúcar com manteiga, uma fatia de queijo muçarela, tomate em fatia e alface, leite com café e sem açúcar* e uma fatia de mamão. LL26.772D Leite batido com morango e aveia, biscoito caseiro diet integral sem	D24.46D Salada de frutas (mamão, maçã e laranja), aveia*, iogurte natural sem açúcar** e biscoito caseiro diet integral sem gordura trans. LL23.98D Pão integral sem açúcar com peito de frango desfiado ao molho de adoçante 100% stevia
UMA REFEIÇÃO Macronutrientes: Kcal - Calorias 428,400 CHO - Carboidratos 64,800(g) Pt - Proteínas 17,800(g) Lip - Lipídios 9,400(g)					
DUAS REFEIÇÕES Macronutrientes: Kcal - Calorias 856,800 CHO - Carboidratos 129,600(g) Pt - Proteínas 35,600(g) Lip - Lipídios 18,800(g)					
Almoço	A25.598D Carne moída refogada com tomat e abóbora, arroz integral, feijão, salada de acelga e uma fatia de melancia.	A24.148D Macarronada de frango (macarrão espaguete integral com frango desfiado ensopado com molho de tomate (feito na escola)), salada de alface, salada de chuchu e uma maçã.	A26.42 Carreiro (arroz integral, carne bovina em iscas, tomate e cebola), feijão, vagem refogada, salada de agrião e uma laranja.	A26.04D Frango assado (coxa e sobrecoxa) arroz integral, feijão, creme de milho, salada de repolho, salada de cenoura cozida e uma banana	A26.153D Carne bovina em cubos com cenoura e tomate, arroz integral, feijão, salada de brócolis e couve-flor e uma fatia de mamão
UMA REFEIÇÃO Macronutrientes: Kcal - Calorias 539,800 CHO - Carboidratos 91,600(g) Pt - Proteínas 27,600(g) Lip - Lipídios 9,800(g)					
DUAS REFEIÇÕES Macronutrientes: Kcal - Calorias 1079,600 CHO - Carboidratos 183,200(g) Pt - Proteínas 55,200(g) Lip - Lipídios 19,600(g)					

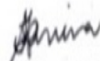
INTEGRAL I -		Ensino Fundamental		Diabetes		11 - 15 anos		OUTUBRO 2026 SEMANA 2			
	Segunda-Feira		Terça-Feira		Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-Feira		
	05/10/26		06/10/26		07/10/26		08/10/26		09/10/26		
Tarde	LL26.249D Cuca de abacaxi sem açúcar* com aveia e canela, leite com café sem açúcar* e uma laranja *caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia		R26.770D Carne de panela com abóbora (carne bovina em cubos, tomate, cebola e abóbora), arroz integral, feijão, salada de repolho e uma fatia de mamão		LL25.170D Torta de carne (com farinha integral)(com carne bovina moída, tomate, milho e ervilha congelada, cebola, tempero verde), suco de uva sem adição de açúcar diluído e uma banana.		R25.577D Polenta, molho de carne moída (carne bovina moída e molho de tomate feito na escola), arroz integral, feijão, salada de couve-flor e uma maçã		R25.875 Arroz colorido com frango (arroz integral, frango desfiado, abobrinha em cubos e milho verde congelado), feijão, salada de agrião e uma laranja.		
UMA REFEIÇÃO											
Macronutrientes:		Kcal - Calorias	493,200	CHO - Carboidratos	77,000(g)	Pt - Proteínas	21,800(g)	Lip - Lipídios	13,600(g)		
DUAS REFEIÇÕES											
Macronutrientes:		Kcal - Calorias	986,400	CHO - Carboidratos	154,000(g)	Pt - Proteínas	43,600(g)	Lip - Lipídios	27,200(g)		

 SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DIRETORIA DE ENSINO GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR - GEADE PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR-PNAE  Marina Bastos Paim - CRN10 10257 (RT)  Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)					
	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	12/10/26	13/10/26	14/10/26	15/10/26	16/10/26
Manhã		D24.104D Pão integral sem açúcar com manteiga e uma fatia de queijo, leite com café sem açúcar* e uma maçã. *Caso seja necessário adoçar, utilizar R25.49 Risoto de frango (arroz integral com peito de frango desfiado, cenoura	D23.49D Leite batido com banana e aveia, biscoito caseiro diet integral sem gordura trans e uma laranja. tomate em fatia e alface), suco de uva LL25.690D Sanduíche de queijo (duas fatias de Pão integral sem açúcar,	D25.48D Pão integral sem açúcar com ovos mexidos, leite com café, sem açúcar* e uma banana. *Caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia R26.381D Frango em cubos refogado com tomate e tempero verde, arroz integral,	D26.21D Pão integral sem açúcar com manteiga e uma fatia de queijo, leite com café sem açúcar* e uma fatia de mamão LL26.110D Bolo Outubro Rosa (50% farinha de trigo integral e sem açúcar*), leite
UMA REFEIÇÃO Macronutrientes: Kcal - Calorias 418,000 CHO - Carboidratos 64,250(g) Pt - Proteínas 17,000(g) Lip - Lipídios 10,000(g)					
DUAS REFEIÇÕES Macronutrientes: Kcal - Calorias 836,000 CHO - Carboidratos 128,500(g) Pt - Proteínas 34,000(g) Lip - Lipídios 20,000(g)					
Almoço		A26.281D Polenta, molho de carne moída (carne bovina moída e molho de tomate feito na escola), arroz integral, feijão, salada de acelga e uma fatia de melão	A26.255D Frango em cubos acebolado, arroz integral, feijão, purê de batata com tempero verde, salada de repolho e uma fatia de mamão	A26.164D Carne bovina em iscas refogada com tomate e cebola, arroz integral, feijão, chuchu refogado, salada de alface, salada de beterraba ralada e uma maçã	A26.310D Filé de tilápia assado (temperado com limão, alho, cebola, e tempero verde), arroz integral com cenoura, feijão, salada de batata com tempero verde e uma fatia de melancia
UMA REFEIÇÃO Macronutrientes: Kcal - Calorias 618,500 CHO - Carboidratos 103,500(g) Pt - Proteínas 34,500(g) Lip - Lipídios 10,500(g)					
DUAS REFEIÇÕES Macronutrientes: Kcal - Calorias 1237,000 CHO - Carboidratos 207,000(g) Pt - Proteínas 69,000(g) Lip - Lipídios 21,000(g)					

INTEGRAL I - Ensino Fundamental			Diabetes		11 - 15 anos		OUTUBRO 2026 SEMANA 3			
	Segunda-Feira		Terça-Feira		Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-Feira	
	12/10/26		13/10/26		14/10/26		15/10/26		16/10/26	
Tarde			LL24.90D Bolo de chocolate sem açúcar* com 50% farinha de trigo integral, leite com café sem açúcar* e uma maçã. *caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia		R24.83D Carne suína em cubos acebolada, arroz integral, feijão, batata doce em cubos assada, salada de chuchu e uma banana		LL26.256D Torta de milho verde com queijo (50% aveia) (milho verde congelado, mussarela, tomate, cebola, orégano e tempero verde), suco de laranja integral sem adição de açúcar diluído e uma fatia de melão. *massa com leite		R26.424 Carreteiro (arroz integral, carne bovina em cubos, tomate, cebola e tempero verde), abóbora refogada, salada de repolho e uma laranja.	
UMA REFEIÇÃO										
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	489,000	CHO - Carboidratos	68,500(g)	Pt - Proteínas	18,250(g)	Lip - Lipídios	14,500(g)		
DUAS REFEIÇÕES										
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	978,000	CHO - Carboidratos	137,000(g)	Pt - Proteínas	36,500(g)	Lip - Lipídios	29,000(g)		

 SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DIRETORIA DE ENSINO GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR - GEADE PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR-PNAE  Marina Bastos Paim - CRN10 10257 (RT)  Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)					
	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	19/10/26	20/10/26	21/10/26	22/10/26	23/10/26
Manhã	D26.48D Pão integral sem açúcar com ovos mexidos, leite com café, sem açúcar* e uma laranja. *Caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia. LL26.85D Salada de frutas (laranja, banana e maçã), aveia*, iogurte natural adoçante 100% stevia	LL24.27D Pão integral sem açúcar com omelete de cenoura, alface, tomate em fatia e suco de uva integral sem adição de açúcar diluído e uma laranja.	D25.76D Pão integral sem açúcar com manteiga e uma fatia de queijo, leite com café, sem açúcar* e uma maçã. *Caso seja necessário adoçar, utilizar R26.216D Carne bovina em iscas refogada com tomate e cebola, arroz integral,	D26.201D Iogurte natural batido com morango, biscoito caseiro diet integral sem gordura trans e uma laranja feijão, polenta, salada de rúcula e uma R26.944D Frango ensopado (coxa e sobrecoxa sem osso) com molho de tomate	D26.63D Pão integral sem açúcar com manteiga, uma fatia de queijo muçarela, tomate em fatia e alface, leite com café sem açúcar* e uma banana LL26.156D Bolo pão de mel (50% farinha de trigo integral e sem açúcar*), leite com adoçante 100% stevia
UMA REFEIÇÃO Macronutrientes: Kcal - Calorias 480,000 CHO - Carboidratos 74,000(g) Pt - Proteínas 18,400(g) Lip - Lipídios 11,400(g)					
DUAS REFEIÇÕES Macronutrientes: Kcal - Calorias 960,000 CHO - Carboidratos 148,000(g) Pt - Proteínas 36,800(g) Lip - Lipídios 22,800(g)					
Almoço	A26.197D Macarronada de carne suína (macarrão parafuso integral com molho de tomate (feito na escola)), carne suína em cubos acebolada, salada de alface, salada de abóbora e uma fatia de melancia	A26.97 Arroz colorido com carne (arroz integral, carne bovina moída, abobrinha e vagem), feijão, salada de pepino e uma fatia de melão.	A26.82D Frango em cubos ensopado com batata doce e molho de tomate (feito na escola), arroz integral, feijão, salada de acelga com cenoura ralada e uma banana	A26.119D Carne bovina em iscas com tomate e cebola, arroz integral, feijão vermelho, farofa de couve, salada de rúcula e uma fatia de melão	A26.222D Frango ensopado (coxa e sobrecoxa) com aipim e tomate, arroz integral, feijão, salada de repolho bicolor e uma fatia de mamão
UMA REFEIÇÃO Macronutrientes: Kcal - Calorias 512,000 CHO - Carboidratos 87,000(g) Pt - Proteínas 25,400(g) Lip - Lipídios 7,600(g)					
DUAS REFEIÇÕES Macronutrientes: Kcal - Calorias 1024,000 CHO - Carboidratos 174,000(g) Pt - Proteínas 50,800(g) Lip - Lipídios 15,200(g)					

INTEGRAL I - Ensino Fundamental			Diabetes		11 - 15 anos		OUTUBRO 2026 SEMANA 4			
	Segunda-Feira		Terça-Feira		Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-Feira	
	19/10/26		20/10/26		21/10/26		22/10/26		23/10/26	
Tarde	R26.342D Frango em iscas refogado com ervilha congelada, tomate, cebola e tempero verde, arroz integral, feijão, abobrinha refogada, salada de acelga e uma fatia de abacaxi		R26.344D Filé de Tilápia (temperado com limão, alho, cebola e tempero verde) ensopado com molho de tomate (feito na escola), arroz integral, feijão, chuchu refogado com tempero verde, salada de acelga e uma fatia de melão		LL26.176D Torta de frango (50% aveia) (frango desfiado, tomate, vagem, cebola, tempero verde e milho verde congelado), suco de uva integral sem adição de açúcar diluído e uma maçã		LL24.152D Bolo de fubá (50% aveia e sem açúcar*), suco de laranja integral sem adição de açúcar diluído e uma fatia de mamão *caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia		R26.449D Carne bovina em iscas refogada, arroz integral, feijão, abóbora em cubos refogada com tempero verde, salada de agrião e uma banana	
UMA REFEIÇÃO										
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	474,800	CHO - Carboidratos	75,000(g)	Pt - Proteínas	21,400(g)	Lip - Lipídios	9,800(g)		
DUAS REFEIÇÕES										
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	949,600	CHO - Carboidratos	150,000(g)	Pt - Proteínas	42,800(g)	Lip - Lipídios	19,600(g)		

 SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DIRETORIA DE ENSINO GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR - GEADE PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR-PNAE  Marina Bastos Paim - CRN10 10257 (RT)  Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)					
	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	26/10/26	27/10/26	28/10/26	29/10/26	30/10/26
Manhã	D26.107D Pão integral sem açúcar com manteiga e uma fatia de queijo, leite com café sem açúcar* e uma fatia de melão R25.401 Carreteiro (arroz integral, carne bovina em iscas, tomate e cebola),	D24.46D Salada de frutas (mamão, maçã e laranja), aveia*, iogurte natural sem açúcar** e biscoito caseiro diet integral sem gordura trans. R26.198D Frango em iscas acebolado, arroz integral, feijão, abobrinha refogada, adoçante 100% stevia	D24.48D Pão integral sem açúcar com manteiga e uma fatia de queijo, leite com café, sem açúcar* e uma maçã. *caso seja necessário adoçar, utilizar LL26.182D Pão integral sem açúcar com carne moída ensopada com molho de tomate	D25.42D Bolo de cenoura ((sem açúcar* e 50% farinha de trigo integral), leite com café, sem açúcar* e uma laranja. *Caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante R26.153D Filé de tilápia assado (temperado com limão, alho, cebola, e	D25.48D Pão integral sem açúcar com ovos mexidos, leite com café, sem açúcar* e uma banana. *Caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia LL26.274D Cuca de maçã* com aveia e canela (50% farinha de trigo integral),
UMA REFEIÇÃO Macronutrientes: Kcal - Calorias 400,600 CHO - Carboidratos 62,400(g) Pt - Proteínas 19,800(g) Lip - Lipídios 9,800(g)					
DUAS REFEIÇÕES Macronutrientes: Kcal - Calorias 801,200 CHO - Carboidratos 124,800(g) Pt - Proteínas 39,600(g) Lip - Lipídios 19,600(g)					
Almoço	A26.204D Omelete de forno com espinafre, queijo e orégano, arroz integral, feijão, salada de acelga, salada de abóbora e uma fatia de melão	A26.198D Macarronada de carne bovina (macarrão parafuso integral com carne bovina com molho de tomate (feito na escola)), salada de repolho, salada de cenoura ralada e uma laranja	A26.236D Frango em cubos refogado com batata doce e tomate, arroz integral, feijão, salada de agrião, salada de vagem e uma fatia de mamão.	A24.189 Risoto de frango (arroz integral com peito de frango desfiado, cenoura e molho de tomate (feito na escola)), abobrinha refogada, salada de repolho e uma maçã.	A26.49D Carne bovina em iscas refogada, arroz integral, feijão, purê de batata, salada de chuchu e uma banana
UMA REFEIÇÃO Macronutrientes: Kcal - Calorias 517,000 CHO - Carboidratos 84,600(g) Pt - Proteínas 24,800(g) Lip - Lipídios 9,200(g)					
DUAS REFEIÇÕES Macronutrientes: Kcal - Calorias 1034,000 CHO - Carboidratos 169,200(g) Pt - Proteínas 49,600(g) Lip - Lipídios 18,400(g)					

INTEGRAL I - Ensino Fundamental			Diabetes		11 - 15 anos		OUTUBRO 2026 SEMANA 5			
	Segunda-Feira		Terça-Feira		Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-Feira	
	26/10/26		27/10/26		28/10/26		29/10/26		30/10/26	
Tarde	LL25.303D Torta de frango com 50% aveia* (com peito de frango desfiado, tomate e abobrinha em cubos, cebola e tempero verde), suco de uva integral sem adição de açúcar diluído e uma banana. *sem leite		LL23.252D Leite batido com mamão e banana, biscoito caseiro diet integral sem gordura trans e uma fatia de melão.		R26.331D Carne suína em cubos acebolada, arroz integral, feijão, farofa de couve, salada de alface e uma maçã		L24.54D Bolo de laranja (sem açúcar com 50% aveia), leite com café sem açúcar* e uma fatia de mamão. *caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia		R26.421D Frango em cubos ensopado com milho verde congelado, tomate e cebola, arroz integral, feijão, salada de beterraba cozida e uma laranja	
UMA REFEIÇÃO										
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	452,600	CHO - Carboidratos	69,600(g)	Pt - Proteínas	16,800(g)	Lip - Lipídios	10,800(g)		
DUAS REFEIÇÕES										
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	905,200	CHO - Carboidratos	139,200(g)	Pt - Proteínas	33,600(g)	Lip - Lipídios	21,600(g)		