



## CRECHE (1-3 ANOS) – ABRIL/2024 (INTOLERÂNCIA À LACTOSE)

REFEIÇÃO	Segunda-feira 01	Terça-feira 02	Quarta-feira 03	Quinta-feira 04	Sexta-feira 05			
<b>Café da manhã</b> 08h15min	<b>CAPACITAÇÃO PROFESSORES</b>	Pão com patê de frango c/ leite zero lactose Suco de laranja s/ açúcar	Salada de fruta (banana, maçã, mamão, laranja e morango)	Bolo de milho salgado c/ leite zero lactose Suco de abacaxi s/ açúcar	Batata doce assada Mamão			
<b>Almoço</b> 10h30min		Arroz Lentilha Carne moída Alface e tomate	Arroz Carne em cubos Alface	Macarrão com molho de frango Alface e cenoura cozida	Arroz Feijão preto Farofa de carne suína com legumes Repolho			
<b>Lanche da tarde</b> 13h10min		<b>Banana</b>	<b>Melancia</b>	Manga	Laranja			
<b>Jantar</b> 15h30min		Lasanha de arroz Alface	Arroz Lentilha Frango em molho Alface	Polenta com omelete de cenoura Alface e laranja	Galinhada Alface			
<b>Composição nutricional</b> (Média semanal)		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO</b>	<b>PTN</b>	<b>LPD</b>	<b>Vit A (mcg)</b>	<b>Vit C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>
	708,11	102 g	27 g	22 g	1302,28	103,55	181,55	2,86
		58%	15%	28%				

\*Este cardápio está sujeito a alterações, principalmente nas frutas e hortaliças.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE FORMOSO DO SUL – SANTA CATARINA**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**  
**MODALIDADE DE ENSINO INTEGRAL**

<b>REFEIÇÃO</b>	<b>Segunda-feira 08</b>	<b>Terça-feira 09</b>	<b>Quarta-feira 10</b>	<b>Quinta-feira 11</b>	<b>Sexta-feira 12</b>			
<b>Café da manhã 08h15min</b>	<b>CAPACITAÇÃO PROFESSORES</b>	Biscoito de polvilho e batata doce Leite c/ leite zero lactose aromatizado com cacau s/ açúcar Banana	Salada de fruta (banana, maçã, laranja, morango)	Bolo de banana e aveia s/ açúcar Leite c/ leite zero lactose aromatizado com ervas e cacau s/ açúcar	Batata cozida Melão			
<b>Almoço 10h30min</b>		Arroz Farofa de lentilha Frango em molho Alface e couve-flor	Polenta com carne moída Alface	Creme de grão de bico com frango e legumes	Arroz integral Feijoada Farofa de legumes Repolho			
<b>Lanche da tarde 13h10min</b>		<b>Laranja</b>	Manga	Banana	Pera			
<b>Jantar 15h30min</b>		Capelleti com carne moída Abóbora cozida Alface	Sopa de abóbora com frango e legumes	Arroz Lentilha Carne moída Alface e tomate	Macarrão com molho de frango Alface			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO</b>	<b>PTN</b>	<b>LPD</b>	<b>Vit A (mcg)</b>	<b>Vit C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>
	722,65	112 g	28 g	19 g	4367,11	81,42	144,89	3,66
		62%	16%	23%				

\*Este cardápio está sujeito a alterações, principalmente nas frutas e hortaliças.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE FORMOSO DO SUL – SANTA CATARINA**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**  
**MODALIDADE DE ENSINO INTEGRAL**

<b>REFEIÇÃO</b>	<b>Segunda-feira 15</b>	<b>Terça-feira 16</b>	<b>Quarta-feira 17</b>	<b>Quinta-feira 18</b>	<b>Sexta-feira 19</b>			
<b>Café da manhã 08h15min</b>	Biscoito de polvilho e batata doce Leite c/ leite zero lactose aromatizado com cacau s/ açúcar Melão	Esfiha Suco de laranja s/ açúcar Banana	Pão com patê de cenoura caseiro c/ leite zero lactose Suco de morango s/ açúcar	Batata doce assada Maçã	Salada de fruta (banana, maçã, mamão, laranja e morango)			
<b>Almoço 10h30min</b>	Polenta com carne moída Alface e brócolis	Arroz integral Lentilha com carne suína Alface e chuchu cozido	Arroz Purê de batata Carne moída Alface	Galinhada Alface e cenoura cozida	Arroz Feijão carioca Carne de panela (carne de gado, cenoura e batata) Repolho			
<b>Lanche da tarde 13h10min</b>	Manga	Laranja	<b>Mamão</b>	<b>Banana</b>	Pera			
<b>Jantar 15h30min</b>	Arroz Lentilha Frango em cubos refogado Alface e tomate	Arroz Feijão vermelho Omelete com cenoura Alface e abacaxi	Sopa de lentilha com frango e legumes	Arroz integral Feijoada Farofa de legumes Repolho	Macarrão com carne moída Alface e beterraba			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO</b>	<b>PTN</b>	<b>LPD</b>	<b>Vit A (mcg)</b>	<b>Vit C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
		106 g	28 g	21 g	3390,89	77,87	119,21	3,88
		59%	16%	27%				

\*Este cardápio está sujeito a alterações, principalmente nas frutas e hortaliças.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE FORMOSO DO SUL – SANTA CATARINA**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**  
**MODALIDADE DE ENSINO INTEGRAL**

<b>REFEIÇÃO</b>	<b>Segunda-feira 22</b>	<b>Terça-feira 23</b>	<b>Quarta-feira 24</b>	<b>Quinta-feira 25</b>	<b>Sexta-feira 26</b>			
<b>Café da manhã 08h15min</b>	Salada de fruta (banana, maçã, mamão, laranja e morango)	Batata doce cozida Mamão	Esfiha Leite c/ leite zero lactose aromatizado com cacau s/ açúcar Laranja	Bolo de maçã s/ açúcar Leite c/ leite zero lactose aromatizado com cacau s/ açúcar	Grissini Leite c/ leite zero lactose aromatizado com cacau s/ açúcar Banana			
<b>Almoço 10h30min</b>	Macarrão com carne moída Alface e beterraba	Arroz Lentilha Frango em cubos refogado Alface e tomate	Sopa de feijão com frango e legumes	Arroz Mandioca Carne suína em molho Alface e cenoura ralada	Arroz Feijão vermelho Omelete com cenoura Alface e abacaxi			
<b>Lanche da tarde 13h10min</b>	Melão	Banana e morango	<b>Caqui</b>	<b>Maçã</b>	Pera			
<b>Jantar 15h30min</b>	Arroz Feijão preto Farofa de carne suína com legumes Repolho	Polenta com carne moída Alface e brócolis	Carreteiro Alface	Arroz Farofa de lentilha Frango em molho Alface e couve-flor	Creme de grão de bico com frango e legumes			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO</b>	<b>PTN</b>	<b>LPD</b>	<b>Vit A (mcg)</b>	<b>Vit C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
		110 g	28 g	19 g				
		716, 71	61%	16%	25%	1160,03	56,74	155,80

\*Este cardápio está sujeito a alterações, principalmente nas frutas e hortaliças.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE FORMOSO DO SUL – SANTA CATARINA**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**  
**MODALIDADE DE ENSINO INTEGRAL**

REFEIÇÃO	Segunda-feira 29	Terça-feira 30	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira			
<b>Café da manhã</b> 08h15min	Esfiha Leite c/ leite zero lactose aromatizado com ervas e cacau s/ açúcar Maçã	Batata doce cozida Mamão						
<b>Almoço</b> 10h30min	Polenta com omelete de cenoura Alface e laranja	Lasanha de arroz c/ queijo zero lactose Alface e cenoura cozida						
<b>Lanche da tarde</b> 13h10min	Laranja	<b>Caqui</b>						
<b>Jantar</b> 15h30min	Arroz Feijão carioca Carne de panela (carne de gado, cenoura e batata) Repolho	Arroz Batata doce Carne moída Alface						
<b>Composição nutricional</b> (Média semanal)	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO</b>	<b>PTN</b>	<b>LPD</b>	<b>Vit A (mcg)</b>	<b>Vit C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
		110 g	29 g	23 g		88,04	307,24	3,49
		751,14	57%	16%	28%	3219,87		

\*Este cardápio está sujeito a alterações, principalmente nas frutas e hortaliças.

*Morgana Dalla Líbera*  
**Nutricionista Morgana Dalla Líbera**  
**CRN10- 6436**