



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

REFEIÇÃO	Segunda-feira 03	Terça-feira 04	Quarta-feira 05	Quinta-feira 06	Sexta-feira 07			
Café da manhã 08h15min	Grissini Leite zero lactose aromatizado com cacau s/ açúcar Mamão	Biscoito de polvilho e batata doce Leite zero lactose aromatizado com cacau s/ açúcar Banana	Bolo de banana e aveia s/ açúcar Leite zero lactose aromatizado com ervas e cacau s/ açúcar	Salada de fruta (maçã, banana, laranja, mamão e morango)	Batata cozida Melão			
Almoço 10h30min	Sopa de agnoline com frango e legumes Pão integral	Arroz integral Feijoada Farofa de legumes Repolho	Carreteiro Alface	Arroz Farofa de lentilha Frango em molho Alface e chuchu	Macarrão com carne moída Alface e beterraba			
Lanche da tarde 13h10min	Maçã	Mamão	Bergamota	Caqui	Pera			
Jantar 15h30min	Arroz Lentilha Frango em cubos refogado Alface e cenoura ralada	Polenta carne moída Alface e pepino	Arroz Frango em molho Alface	Arroz Feijão carioca Carne de panela (carne de gado, cenoura e batata) Repolho	Sopa de feijão vermelho com frango e legumes Pão integral			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		114 g	30 g	23 g	3290,98	68,93	157,90	4,03
		59%	16%	27%				
	774,71							

*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 10	Terça-feira 11	Quarta-feira 12	Quinta-feira 13	Sexta-feira 14			
Café da manhã 08h15min	Biscoito de polvilho e batata doce 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 (maçã, banana, laranja, mamão e morango)			
Almoço 10h30min	Carreteiro Alface e brócolis	Sopa de lentilha com frango e legumes Pão integral	Macarrão com molho de frango Alface	Arroz Feijão carioca Carne de panela (carne de gado, cenoura e batata) Repolho	Arroz Mandioca Frango em molho Alface			
Lanche da tarde 13h10min	Caqui	Banana e kiwi	Bergamota	Mamão	Manga			
Jantar 15h30min	Arroz Feijão vermelho Omelete com cenoura Alface com abacaxi	Polenta com carne moída Repolho e tomate	Arroz Lentilha Carne em cubos Alface	Sopa de agnoline com frango e legumes Pão integral	Arroz integral Lentilha com carne de porco Alface com cenoura cozida			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		116 g	29 g	21 g	3236,52	89,63	128,41	3,84
		61%	15%	26%				

*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 17	Terça-feira 18	Quarta-feira 19	Quinta-feira 20	Sexta-feira 21			
Café da manhã 08h15min	Salada de fruta (maçã, banana, laranja mamão e morango)	CAPACITAÇÃO PROFESSORES	Esfiha Leite c/ leite zero lactose aromatizado com cacau s/ açúcar Laranja	Bolo de maçã s/ açúcar Leite zero lactose aromatizado com cacau s/ açúcar	Grissini Leite zero lactose aromatizado com cacau s/ açúcar Banana			
Almoço 10h30min	Sopa de frango com legumes Pão integral		Polenta com molho de frango Alface	Galinhada Alface e couve-flor	Arroz Feijão Farofa de carne suína e legumes Repolho			
Lanche da tarde 13h10min	Bergamota		Mamão	Laranja	Pera			
Jantar 15h30min	Arroz integral Feijoada Farofa de legumes Repolho		Arroz Batata doce Carne moída Alface	Arroz Farofa de lentilha Frango em molho Alface e chuchu	Creme de grão de bico com frango e legumes Pão integral			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		114 g	32 g	22 g	797,69	83,49	184,87	3,73
		59%	16%	26%				

*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 24	Terça-feira 25	Quarta-feira 26	Quinta-feira 27	Sexta-feira 28			
Café da manhã 08h15min	Esfiha Leite zero lactose aromatizado com ervas e cacau s/ açúcar Maçã	Batata doce cozida Mamão	Bolo de cenoura s/ açúcar Leite zero lactose aromatizado com cacau s/ açúcar	Salada de fruta (maçã, banana, laranja mamão e morango)	Pão com patê de frango c/ leite zero lactose Suco de laranja s/ açúcar			
Almoço 10h30min	Polenta com molho de frango Alface e pepino	Sopa de feijão vermelho com frango e legumes Pão integral	LANCHE ESPECIAL FESTA JUNINA ***Para os alunos no integral será servido as 12:00 Sopa de legumes e frango	Arroz Feijão preto Carne em cubos Alface	Lasanha de arroz c/ queijo zero lactose Alface			
Lanche da tarde 13h10min	Maçã	Banana	Caqui	Melão	Bergamota			
Jantar 15h30min	Arroz Lentilha Carne em cubos Alface	Macarrão com molho de frango Alface	LANCHE ESPECIAL FESTA JUNINA	Sopa de frango com legumes Pão integral	Arroz Mandioca Carne moída suína Alface			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		111 g	30 g	21 g	1086,10	71,26	193,61	3,32
740,10	59%	16%	26%					

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

Morgana Dalla Libera
Nutricionista Morgana Dalla Libera
CRN10- 6436

Cardápio especial Festa Junina



Pastel assado
Amendoim torrado
Batata doce assada
Pipoca salgada
Quentão com suco de uva s/ açúcar

