



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

REFEIÇÃO	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira 01	Sexta-feira 02			
Café da manhã 08h15min				Batata doce assada Mamão	Bolo de milho salgado c/ leite zero lactose Suco de abacaxi s/ açúcar			
Almoço 10h30min				Arroz integral Lentilha com carne de porco Alface com cenoura cozida	Creme de grão de bico com frango e legumes Pão integral			
Lanche da tarde 13h10min				Banana	Laranja			
Jantar 15h30min				Macarrão com carne moída Alface e beterraba	Arroz Feijão Farofa de carne suína e legumes Repolho			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		116 g	28 g	23 g	2470,37	93,81	142,24	3,95
		60%	15%	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

REFEIÇÃO	Segunda-feira 05	Terça-feira 06	Quarta-feira 07	Quinta-feira 08	Sexta-feira 09			
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	Lanche especial dia do estudante: Esfiha s/ Leite Suco de morango/ s açúcar Banana ALMOÇO PARA O INTEGRAL Sopa de feijão vermelho com frango e legumes			
Lanche da tarde 13h10min	Maçã	Mamão	Bergamota	Banana	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	Lanche especial dia do estudante: Esfiha s/ leite Suco de morango/ s açúcar Banana			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		125 g	31 g	22 g	3295,33	83,30	174,31	4,35
		61%%	15%	25%				

*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 12	Terça-feira 13	Quarta-feira 14	Quinta-feira 15	Sexta-feira 16			
Café da manhã 08h15min	ENTREGA DAS AVALIAÇÕES	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		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		Banana e kiwi	Bergamota	Mamão	Manga			
Jantar 15h30min		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)
		118 g	28 g	18 g	1128,78	95,87	100,23	3,81
		737,71	63%	15%				

*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 19	Terça-feira 20	Quarta-feira 21	Quinta-feira 22	Sexta-feira 23			
Café da manhã 08h15min	Salada de fruta (maçã, banana, laranja mamão e morango)	Batata doce cozida Mamão	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	Arroz Lentilha Carne moída Alface e cenoura ralada	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	Maçã	Mamão	Laranja	Pera			
Jantar 15h30min	Arroz integral Feijoada Farofa de legumes Repolho	Carreteiro Alface e brócolis	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)
		115 g	32 g	22 g	1439,23	88,13	167,95	3,77
		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 26	Terça-feira 27	Quarta-feira 28	Quinta-feira 29	Sexta-feira 30			
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	Carreteiro Alface	Lasanha de arroz c/ queijo zero lactose Alface	Arroz Feijão preto Carne em cubos Alface			
Lanche da tarde 13h10min	Maçã	Banana	Maçã	Melão	Bergamota			
Jantar 15h30min	Arroz Lentilha Carne em cubos Alface	Arroz Mandioca Carne moída suína Alface	Arroz Purê de batata Frango em molho Alface	Sopa de frango com legumes Pão integral	Macarrão com molho de frango 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
		59%	16%	26%				

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

Morgana Dalla Libera
Nutricionista Morgana Dalla Libera
CRN10- 6436