



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

REFEIÇÃO	Segunda-feira 01	Terça-feira 02	Quarta-feira 03	Quinta-feira 04	Sexta-feira 05			
Café da manhã 08h15min	Esfiha Leite zero lactose aromatizado com ervas e cacau s/ açúcar Melão	Pão com patê de frango c/ leite zero lactose Suco de laranja s/ açúcar	Salada de fruta (banana, maçã, laranja e morango)	Batata doce assada Mamão	Bolo de milho salgado c/ leite zero lactose Suco de abacaxi s/ açúcar			
Almoço 10h30min	Polenta com carne moída Repolho e tomate	Arroz Feijão vermelho Omelete com cenoura Alface com abacaxi	Sopa de abóbora com frango e legumes	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	Maçã	Pera	Manga	Banana	Laranja			
Jantar 15h30min	Sopa de lentilha com frango e legumes Pão integral	Galinhada Alface e couve-flor	Arroz Batata assada Carne em cubos Alface	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)
		121 g	30 g	20 g	1403,16	104,06	133,71	3,85
		767,16	63%	16%				

*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 08	Terça-feira 09	Quarta-feira 10	Quinta-feira 11	Sexta-feira 12			
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	Dia dos avós Esfiha, pão com patê caseiro, suco de maracujá s/ açúcar, banana, maçã e bergamota. <u>ALMOÇO SOMENTE PARA INTEGRAL:</u> Sopa de feijão vermelho com frango e legumes			
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	Dia dos avós Esfiha, pão com patê caseiro, suco de maracujá s/ açúcar, banana, maçã e bergamota			
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%				

*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 15	Terça-feira 16	Quarta-feira 17	Quinta-feira 18	Sexta-feira 19			
Café da manhã 08h15min	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR			
Almoço 10h30min								
Lanche da tarde 13h10min								
Jantar 15h30min								
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)

*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 22	Terça-feira 23	Quarta-feira 24	Quinta-feira 25	Sexta-feira 26			
Café da manhã 08h15min	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR			
Almoço 10h30min								
Lanche da tarde 13h10min								
Jantar 15h30min								
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)

*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 31	Quinta-feira	Sexta-feira			
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					
Almoço 10h30min	Polenta com molho de frango Alface e pepino	Sopa de feijão vermelho com frango e legumes Pão integral	Carreteiro Alface					
Lanche da tarde 13h10min	Maçã	Banana	Caqui					
Jantar 15h30min	Arroz Lentilha Carne em cubos Alface	Arroz Mandioca Carne moída suína Alface	Arroz Purê de batata Frango em molho Alface					
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)

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

Morgana Dalla Libera
Nutricionista Morgana Dalla Libera
CRN10- 6436