



PRÉ-ESCOLA (5- 6 ANOS) – JULHO/2024 (INTOLERÂNCIA Á LACTOSE)

Horário	SEGUNDA-FEIRA 01	TERÇA-FEIRA 02	QUARTA-FEIRA 03	QUINTA-FEIRA 04	SEXTA-FEIRA 05		
Manhã: 09h30min	Polenta com carne moída Repolho e tomate Maçã	Arroz Feijão vermelho Omelete com cenoura Alface com abacaxi	Salada de fruta (banana, maçã, laranja e morango) Biscoito de batata doce	Arroz integral Lentilha com carne de porco Alface com cenoura cozida	Creme de grão de bico com frango e legumes Pão integral Banana		
Tarde: 15h00min	Sopa de lentilha com frango e legumes Pão integral Maçã	Galinhada Alface e couve-flor	Salada de fruta (banana, maçã, laranja e morango) Biscoito de batata doce	Macarrão com carne moída Alface e beterraba Banana	Arroz Feijão Farofa de carne suína e legumes Repolho		
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO		PTN		LPD	
	281,98	40 g	57%	11 g	14%	9 g	30%

Horário	SEGUNDA-FEIRA 08	TERÇA-FEIRA 09	QUARTA-FEIRA 10	QUINTA-FEIRA 11	SEXTA-FEIRA 12		
Manhã: 09h30min	Sopa de agnoline com frango e legumes Pão integral Caqui	Arroz integral Feijoada Farofa de legumes Repolho	Mescau (leite zero lactose, cacau, açúcar mascavo) Bolacha caseira zero lactose Bergamota	Arroz Farofa de lentilha Frango em molho Alface e chuchu	Dia dos avós Esfiha s/ leite, pão com patê caseiro zero lactose, suco de maracujá s/ açúcar, banana, maçã e bergamota.		
Tarde: 15h00min	Arroz Lentilha Frango em cubos refogado Alface e cenoura ralada	Polenta com carne moída Alface e pepino Caqui	Mescau (leite zero lactose, cacau, açúcar mascavo) Bolacha caseira zero lactose Bergamota	Arroz Feijão carioca Carne de panela (carne de gado, cenoura e batata) Repolho	Dia dos avós Esfiha s/ leite, pão com patê caseiro zero lactose, suco de maracujá s/ açúcar, banana, maçã e bergamota.		
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO		PTN		LPD	
	338,27	49 g	58%	14 g	17%	10 g	26%

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE FORMOSO DO SUL – SANTA CATARINA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Horário	SEGUNDA-FEIRA 15	TERÇA-FEIRA 16	QUARTA-FEIRA 17	QUINTA-FEIRA 18	SEXTA-FEIRA 19
Manhã: 09h30min	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tarde: 15h00min					
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	

Horário	SEGUNDA-FEIRA 22	TERÇA-FEIRA 23	QUARTA-FEIRA 24	QUINTA-FEIRA 25	SEXTA-FEIRA 26
Manhã: 09h30min	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tarde: 15h00min					
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	



Horário	SEGUNDA-FEIRA 29	TERÇA-FEIRA 30	QUARTA-FEIRA 31	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA		
Manhã: 09h30min	Polenta com molho de frango Alface e pepino	Sopa de feijão vermelho com frango e legumes Pão integral Banana	Mescau (leite zero lactose, cacau, açúcar mascavo) Pão com doce Caqui				
Tarde: 15h00min	Arroz Lentilha Carne em cubos Alface	Arroz Mandioca Carne moída suína Alface	Mescau (leite zero lactose, cacau, açúcar mascavo) Pão com doce Caqui				
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO		PTN		LPD	
	272,39	44 g	63%	12 g	17%	6	22%

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

Morgana Dalla Líbera
Nutricionista Morgana Dalla Líbera
CRN10- 6436