



CRECHE (1-3 ANOS) (INTOLERÂNCIA À LACTOSE) – FEVEREIRO/2025

REFEIÇÃO	Segunda-feira 10	Terça-feira 11	Quarta-feira 12	Quinta-feira 13	Sexta-feira 14			
Café da manhã 08h15min	Grissini Leite c/ leite zero lactose aromatizado com cacau s/ açúcar Mamão	Pão com doce de fruta sem açúcar Leite c/ leite zero lactose aromatizado com cacau s/ açúcar Melão	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	Biscoito de polvilho e batata doce Leite c/ leite zero lactose aromatizado com cacau s/ açúcar Banana			
Almoço 10h30min	Carreteiro Alface e tomate	Arroz integral Feijoada Farofa de legumes Alface	Arroz Batata doce Carne moída Alface	Arroz Lentilha Frango em cubos refogado Alface e chuchu	Polenta com carne moída suína Repolho e manga			
Lanche da tarde 13h10min	Maçã	Manga	Banana e morango	Melancia	Pera			
Jantar 15h30min	Arroz Feijão carioca Farofa de carne suína com legumes Alface	Macarrão com molho de frango Alface e couve-flor	Sopa de lentilha com frango e legumes	Capelleti com carne moída Abóbora cozida Alface e tomate	Arroz Feijão vermelho Omelete com cenoura Alface e abacaxi			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		119 g	30 g	21 g	3010,25	81,85	181,74	3,85
		771,33	62%	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 17	Terça-feira 18	Quarta-feira 19	Quinta-feira 20	Sexta-feira 21			
Café da manhã 08h15min	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)			
Almoço 10h30min	Polenta com carne moída Alface e tomate	Arroz Feijão vermelho Omelete com cenoura Alface e abacaxi	Arroz Carne em cubos Alface	Arroz Farofa de lentilha Frango em molho Alface e pepino	Arroz Mandioca Carne moída em molho Repolho			
Lanche da tarde 13h10min	Maçã	Melancia	Mamão	Banana	Manga			
Jantar 15h30min	Arroz Lentilha Frango em cubos refogado Alface e chuchu	Macarrão com carne moída Alface e cenoura	Polenta com molho de frango Alface	Sopa de frango com legumes	Arroz Feijão preto Carne de gado em cubos em molho com cenoura Repolho			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		113 g	24 g	19 g	3432,18	83,24	107,40	3,29
		63%	14%	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 24	Terça-feira 25	Quarta-feira 26	Quinta-feira 27	Sexta-feira 28			
Café da manhã 08h15min	Salada de fruta (banana, maçã, mamão, laranja e morango)	Grissini Leite c/ leite zero lactose aromatizado com cacau s/ açúcar Banana	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	Pão com doce de fruta sem açúcar Leite c/ leite zero lactose aromatizado com cacau s/ açúcar Mamão			
Almoço 10h30min	Macarrão com carne moída Alface e cenoura	Arroz Feijão carioca Farofa de carne suína com legumes Alface	Arroz Purê de batatas c/ leite zero lactose Carne moída Alface	Arroz Feijão preto Carne de panela (carne de gado, cenoura e batata) Alface	Galinhada Repolho e brócolis			
Lanche da tarde 13h10min	Melão	Mamão	Melancia	Pera	Laranja			
Jantar 15h30min	Arroz Farofa de lentilha Frango em molho Alface e pepino	Carreteiro Alface e tomate	Sopa de abóbora com frango e legumes	Polenta com carne moída suína Repolho e manga	Arroz integral Feijoada Farofa de legumes Alface			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		120 g	31 g	20 g	413,28	105,28	182,52	3,90
		779,31	62%	16%				

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

Morgana Dalla Líbera

Nutricionista Morgana Dalla Líbera
CRN10- 6436