



PRÉ-ESCOLA (5- 6 ANOS) – (INTOLERÂNCIA À LACTOSE) – FEVEREIRO/2025

Horário	SEGUNDA-FEIRA 10	TERÇA-FEIRA 11	QUARTA-FEIRA 12	QUINTA-FEIRA 13	SEXTA-FEIRA 14		
Manhã: 09h30min	Polenta com carne moída Alface e tomate	Arroz Feijão vermelho Omelete com cenoura Alface e abacaxi Melancia	Cuca Suco de morango Mamão	Arroz Farofa de lentilha Frango em molho Alface e pepino Banana	Arroz Mandioca Carne moída em molho Repolho		
Tarde: 15h00min	Arroz Lentilha Frango em cubos refogado Alface e chuchu	Macarrão com carne moída Alface e cenoura Melancia	Cuca Suco de morango Mamão	Sopa de frango com legumes Banana	Arroz Feijão preto Carne de gado em cubos em molho com cenoura Repolho		
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO		PTN		LPD	
	295,96	48 g	64%	10 g	13%	8 g	25%

Horário	SEGUNDA-FEIRA 17	TERÇA-FEIRA 18	QUARTA-FEIRA 19	QUINTA-FEIRA 20	SEXTA-FEIRA 21		
Manhã: 09h30min	Macarrão com carne moída Alface e cenoura Melão	Arroz Feijão carioca Farofa de carne suína com legumes Alface	Iogurte zero lactose Grissini integral Melancia	Arroz Feijão preto Carne de panela (carne de gado, cenoura e batata) Alface	Galinhada Repolho e brócolis Laranja		
Tarde: 15h00min	Arroz Farofa de lentilha Frango em molho Alface e pepino	Carreteiro Alface e tomate Melão	Iogurte zero lactose Grissini integral Melancia	Polenta com carne moída suína Repolho e manga Laranja	Arroz integral Feijoadá Farofa de legumes Alface		
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO		PTN		LPD	
	300,76	43 g	56%	14 g	19%	9 g	26%



Horário	SEGUNDA-FEIRA 24	TERÇA-FEIRA 25	QUARTA-FEIRA 26	QUINTA-FEIRA 27	SEXTA-FEIRA 28		
Manhã: 09h30min	Polenta Omelete com cenoura Repolho e laranja	Arroz Lentilha Carne moída suína Alface e cenoura ralada Maçã	Pão com doce Suco de abacaxi Melão	Arroz Feijão preto Frango ao molho de tomate e batata Alface	Capelleti com carne moída Abóbora cozida Alface e couve-flor Banana		
Tarde: 15h00min	Arroz Feijão carioca Carne de panela (carne de gado, cenoura e batata) Alface	Macarrão com molho de frango Alface e beterraba Maçã	Pão com doce Suco de abacaxi Melão	Arroz Mandioca Carne moída em molho Repolho Banana	Arroz integral Lentilha com carne suína Alface e cenoura ralada		
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO		PTN		LPD	
	278,85	40 g	59%	12 g	17%	8 g	25%

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

Morgana Dalla Líbera
Nutricionista Morgana Dalla Líbera
CRN10- 6436