Cardápio



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE FORMOSO DO SUL – SANTA CATARINA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
MODALIDADE DE ENSINO INTEGRAL

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

REFEIÇÃO	Segunda-feira 05	Terça-feira 06	Quarta-feira 07	Quinta-feira 08	Sexta-feira 09
Café da manhã 08h15min	Biscoito de polvilho e batata doce Leite zero lactose aromatizado com ervas e cacau s/ açúcar Mamão	Pão com doce de fruta sem açúcar Leite zero lactose aromatizado com ervas e cacau s/ açúcar Melão	Salada de fruta (banana, maçã, laranja, morango)	Bolo de banana e aveia s/ açúcar Leite zero lactose aromatizado com ervas e cacau s/ açúcar	Pão com ovo Leite zero lactose aromatizado com ervas e cacau s/ açúcar Banana
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	Macarrão com carne moída Alface e beterraba
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	Sopa de feijão vermelho 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)
	774,71	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 12	Terça-feira 13	Quarta-feira 14	Quinta-feira 15	Sexta-feira 16
Café da manhã 08h15min	Biscoito de polvilho e batata doce Leite zero lactose aromatizado com ervas e cacau s/ açúcar Melão	Esfiha Suco de laranja s/ açúcar Banana	Pão com patê de frango com cenoura c/ leite zero lactose Suco de morango s/ açúcar	Batata doce assada Maçã	Salada de fruta (banana, maçã, mamão, laranja e morango)
Almoço 10h30min	Carreteiro Alface e brócolis	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	**Caqui**	**Banana e** kiwi	**Bergamota**	Mamão	Manga
Jantar 15h30min	Arroz Feijão vermelho Omelete com cenoura Alface com abacaxi	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)
	760,44	116 g	29 g	21 g	3236,52	89,63	128,41	3,84
		61%	15%	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 19	Terça-feira 20	Quarta-feira 21	Quinta-feira 22	Sexta-feira 23
Café da manhã 08h15min	Salada de fruta (banana, maçã, mamão, laranja e morango)	Pão com ovo Leite zero lactose aromatizado com ervas e cacau s/ açúcar Banana	Esfiha Leite zero lactose aromatizado com ervas e cacau s/ açúcar Laranja	Bolo de maçã s/ açúcar Leite zero lactose aromatizado com ervas e cacau s/ açúcar	Pão com doce de fruta sem açúcar Leite zero lactose aromatizado com ervas e cacau s/ açúcar Mamão
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)
	773,67	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 ervas e cacau s/ açúcar	Salada de fruta (banana, maçã, mamão, laranja e morango)	Pão com patê de frango e cenoura 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 s/queijo Alface	Arroz Feijão preto Carne em cubos Alface
Lanche da tarde 13h10min	Maçã	**Banana**	**Caqui**	**Melão**	**Bergamota**
Jantar 15h30min	Arroz Lentilha Carne em cubos Alface	Arroz Mandioca Carne moída suína Alface	Arroz Purê de batata c/ leite zero lactose 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)
	740,10	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 Líbera

Nutricionista Morgana Dalla Líbera
CRN10- 6436