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) - JUNHO/2025

REFEIÇÃO	Segunda-feira 02	Terça-feira 03	Quarta-feira 04	Quinta-feira 05	Sexta-feira 06
Café da manhã 08h15min	Esfiha Leite zero lactose aromatizado com ervas e cacau s/ açúcar Melão	Pão com patê de frango com cenoura c/ leite zero lactose Suco de laranja s/ açúcar	Salada de fruta (banana, maçã, mamão, laranja e morango)	Bolo de milho salgado c/ leite zero lactose Suco de abacaxi s/ açúcar	Batata doce assada Mamão
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)
	767,16	121 g	30 g	20 g	1403,16	104,06	133,71	3,85
		63%	16%	24%				

***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 09	Terça-feira 10	Quarta-feira 11	Quinta-feira 12	Sexta-feira 13
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 59%	30 g 16%	23 g 27%	3290,98	68,93	157,90	4,03

***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 16**	**Terça-feira 17**	**Quarta-feira 18**	**Quinta-feira 19**	**Sexta-feira 20**
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	**FERIADO**	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 Mandioca Frango em molho Alface
Lanche da tarde 13h10min	**Caqui**	**Banana e** kiwi	**Bergamota**		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		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)**
	757,04	114 g 60%	27 g 14%	23 g 28%	3050,52	86,13	129,95	3,75

***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 23**	**Terça-feira 24**	**Quarta-feira 25**	**Quinta-feira 26**	**Sexta-feira 27**
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 30	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã 08h15min	Esfiha Leite zero lactose aromatizado com ervas e cacau s/ açúcar Maçã				
Almoço 10h30min	Polenta com molho de frango Alface e pepino				
Lanche da tarde 13h10min	Mamão				
Jantar 15h30min	Arroz Lentilha Carne em cubos Alface				

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	714,54	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