



PREFEITURA DE NOVA TRENTO

Secretaria Municipal de Educação



CARDÁPIO ESCOLAR

Maio/ 2024 – **Diabetes e int. ao glúten**



2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
		01/05 Dia do trabalhador	02/05	03/05
			Arroz integral / Feijão preto c/ carne Couve/Pepino Banana	Arroz integral Feijão c/ legumes (batata doce, chuchu, cenoura) Frango assado Tomate
06/05	07/05	08/05	09/05	10/05
Sopa de legumes (batata, berinjela, cenoura, nabo, ARROZ)	Suco de maracujá c/ manga Bolacha DE ARROZ	Macarrão S/ GLÚTEN c/ brócolis Frango ensopado Salada verde (alface e espinafre)	Minestra Farofa de ovos Laranja	Carne moída ao sugo Polenta Chuchu ralado Pokan
13/05	14/05	15/05	16/05	17/05
+ LEITE C/ CAFÉ S/ AÇÚCAR Maçã Bolacha DE ARROZ	Suco de uva Bolacha DE ARROZ Manga	Arroz integral Feijão c/ carne Repolho	Polenta cremosa Picadinho c/ legumes (chuchu, batata doce, cenoura) Espinafre/Pepino	Arroz integral / Feijão c/ pernil Farofa simples Tomate
20/05	21/05	22/05	23/05	24/05
Suco de abacaxi S/ AÇÚCAR Bolacha DE ARROZ	+ LEITE C/ CAFÉ S/ AÇÚCAR Banana Bolacha DE ARROZ	Arroz integral Feijão Farofa de ovos Alface Laranja	Macarrão S/ GLÚTEN c/ frango ensopado c/ legumes (cenoura, acelga, espinafre) Beterraba ralada	Minestra c/ legumes (abobrinha, berinjela, repolho) e c/ carne moída Pepino Maçã
27/05	28/05	29/05	30/05	31/05
+ LEITE C/ CAFÉ S/ AÇÚCAR Maçã Bolacha DE ARROZ	Suco de uva Bolacha DE ARROZ Banana	Arroz integral Feijão preto Peixe Cenoura ralada Laranja		Arroz integral Carne c/ batata doce

Obs.: As saladas e as frutas poderão ser alteradas conforme a época e a produção da horta escolar.

Obs2: Os sucos serão adoçados com outras frutas (sem açúcar), e nos sucos ácidos serão colocados um pouco de açúcar para tirar a acidez. Vitaminas não serão adoçadas com açúcar, somente com frutas.

12/05 – Dia das mães

Carolina Sardá Estuqui
Nutricionista – CRN10 0661