



PREFEITURA DE NOVA TRENTO






Secretaria Municipal de Educação



CARDÁPIO ESCOLAR – INTOLERÂNCIA À LACTOSE



Junho/ 2024

2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
03/06	04/06	05/06 Dia do Meio Ambiente	06/06	07/06
Sopa de frango c/ arroz Banana Bolacha caseira sem lactose (L)	Suco abacaxi Pão caseiro integral sem leite c/ doce de frutas	Minestra c/ legumes (batata, cenoura, abobrinha) Farofa de ovos Laranja	Suco de uva Pão caseiro integral sem leite c/ doce de frutas Pokan	Arroz Feijão Peixe ensopado c/ batata doce Alface/Pepino
10/06	11/06	12/06	13/06 Dia de Santo Antônio	14/06
Café c/ leite sem lactose Laranja Bolacha caseira sem lactose (L)	Suco de morango Pão caseiro sem leite c/ doce de frutas Banana	Arroz Feijão preto temperado (legumes – couve, rabanete, batata e carne) Espinafre/Tomate	Arroz, purê (sem leite e manteiga) de aipim Picadinho c/ legumes (vagem, batata doce, couve- flor) Cenoura cozida	Arroz/ Feijão vermelho Omelete c/ legumes (berinjela, cenoura, batata doce) Alface/Beterraba ral.
17/06	18/06	19/06	20/06	21/06
Sopa de frango, arroz, batata, cenoura Maçã Bolacha caseira sem lactose (L)	Massa ao sugo Carne moída refogada c/ cenoura e c/ chuchu ralados Alface	Minestra c/ legumes (batata, berinjela, cenoura) Alface Aipim cozido Laranja	Arroz/ Feijão vermelho Farofa de ovos Tomate	Polenta Picadinho c/ legumes (berinjela, chuchu, abóbora, couve-flor)
24/06	25/06	26/06	27/06	28/06
 Quentão de uva Pipoca Bolacha caseira sem lactose (L) Pokan	 Quentão de uva Bolo sem leite de fubá Pinhão Tangerina	 Minestra c/ legumes (batata, repolho, chuchu) Laranja	 Polenta Frango ensopado Alface/Pepino	 Suco de tangerina Cachorro-quente (c/ pão caseiro sem leite) Milho cozido Banana

Obs 1: As saladas e as frutas poderão ser alteradas conforme a época e a produção da agricultura familiar e horta escolar.

Obs 2: Os sucos serão adoçados com outras frutas, e nos sucos ácidos serão colocados um pouco de açúcar para tirar a acidez

Obs 3: Vitaminas não serão adoçadas com açúcar, somente com frutas.

Carolina Sardá Estuqui
Nutricionista – CRN10 0661