



# PREFEITURA DE NOVA TRENTO

Secretaria Municipal de Educação

CARDÁPIO CRECHES - SETEMBRO/ 2024



## CRIANÇAS ATÉ 1 ANO É PROIBIDO O USO DE SAL NAS PREPARAÇÕES

Semana: 02/09 a 06.09, 16/09 a 20/09 e 30/09 **INTOLERÂNCIA À LACTOSE E AO GLÚTEN**



Refeição	2ª Feira 02.09/16.09/30.09	3ª Feira 03.09/17.09	4ª Feira 04.08/18.09	5ª Feira 05.09/19.09	6ª Feira 06.09/20.09
8:00 Lanche manhã	<b>Maçã</b> Vitamina de frutas <b>(leite s/ lactose)</b> Panquequinha de fubá e banana	<b>Mamão</b> Leite <b>s/ lactose</b> quente Pão caseiro <b>s/ leite e s/ glúten</b> com queijo <b>s/ lactose</b>	<b>Manga</b> Açocolatado (leite <b>s/ lactose</b> quente c/ cacau e <b>banana</b> ) Pão caseiro <b>s/ leite e s/ glúten</b>	<b>Banana</b> Leite <b>s/ lactose</b> quente Sanduíche Pão caseiro <b>s/ leite e s/ glúten</b> , queijo <b>s/ lactose</b> , alface, tomate, cenoura)	<b>Melancia</b> Leite <b>s/ lactose</b> quente Pão caseiro <b>s/ leite e s/ glúten</b>
10:30 Almoço	Macarrão <b>s/ glúten</b> c/ carne moída ensopada com <b>batata</b> e <b>cenoura</b> Espinafre Beterraba ralada	Arroz, <b>feijão</b> , Filé de peixe <b>Cenoura cozida</b> Rúcula	Arroz, <b>Lentilha c/ carne</b> moída e <b>chuchu e</b> <b>abobrinha</b> <b>Cenoura</b> cozida/Agrião	Arroz, <b>aipim cozido</b> Frango ao molho de tomate <b>Espinafre/ Beterraba</b> cozida	<b>Minestra</b> (carne bovina, <b>cenoura, chuchu,</b> <b>arroz, feijão)</b> <b>Cenoura ralada</b> Laranja
14:00 Lanche Tarde	<b>Frutas</b> Rosquinha de <b>polvilho caseira s/ leite e s/ queijo</b>	<b>Frutas</b> <b>Batata doce assada</b>	<b>Frutas</b> Pão caseiro <b>s/ leite e s/ glúten</b>	<b>Frutas</b> Rosquinha de <b>polvilho</b> caseira <b>sem leite e s/ queijo</b>	<b>Frutas</b> Pão caseiro <b>s/ leite e s/ glúten</b>
Janta 16:00	<b>Minestra c/ legumes</b> ( <b>cenoura, abobrinha,</b> <b>tomate, cebola, temp</b> <b>verde</b> ). Farofa de ovo Alface	Polenta Iscas ensopadas <b>Repolho colorido</b> (branco e roxo)	Sopa (frango, arroz, <b>cenoura, chuchu,</b> <b>berinjela</b> )	Arroz, <b>feijão c/ legumes</b> ( <b>cenoura, berinjela,</b> <b>abobrinha</b> ) e isca bovina Purê de abóbora Rúcula/Cenoura ralada	Arroz/Frango moído c/ legumes ( <b>cenoura,</b> <b>brócolis, couve-flor</b> ) ensopado Rúcula/Vagem

Semana: 09/09 a 13/09 – 23/09 a 27/09

Refeição	2ª Feira 09.09/23.09	3ª Feira 10.09/24.09	4ª Feira 11.09/25.09	5ª Feira 12.09/26.09	6ª Feira 13.09/27.09
8:00 Lanche manhã	<b>Laranja</b> Leite <b>s/ lactose</b> quente Rosquinha de <b>polvilho caseira s/ leite e s/ queijo</b>	<b>Melancia</b> Iogurte <b>s/ lactose</b> natural c/ <b>manga</b> Pão caseiro <b>s/ leite e s/ glúten</b>	<b>Banana</b> Leite <b>s/ lactose</b> quente Pão caseiro <b>s/ leite e s/ glúten</b>	<b>Manga</b> Leite <b>s/ lactose</b> quente Pão caseiro <b>s/ leite e s/ glúten</b>	<b>Banana</b> Vitamina de frutas ( <b>leite s/ lactose</b> ) Misto (pão caseiro <b>s/ leite e s/ glúten</b> , queijo <b>s/ lactose, tomate</b> )
10:30 Almoço	Arroz Carne moída ensopada c/ <b>legumes</b> ( <b>abobrinha, chuchu,</b> <b>berinjela</b> ) Salada verde ( <b>Espinafre/Alface/ Rúcula</b> )	Arroz, <b>feijão c/ carne</b> suína Cenoura refogada c/ temp. verde <b>Beterraba ralada/ Tomate</b>	Macarrão <b>s/ glúten</b> ao molho c/ iscas bovinas <b>Alface</b> <b>Abobrinha cozida</b>	Polenta Carne moída ensopada <b>Rúcula/Chuchu</b>	Arroz, <b>feijão</b> Frango assado com <b>batata inglesa e</b> <b>cenoura</b> <b>Farofa</b> <b>Alface/Abóbora</b>
14:00 Lanche Tarde	<b>Frutas</b> Panquequinha de fubá e maçã	<b>Frutas</b> Pão caseiro <b>s/ leite e s/ glúten</b>	<b>Frutas</b> Sanduíche (pão caseiro <b>s/ leite e s/ glúten, alface,</b> <b>tomate e queijo s/ lactose</b> )	<b>Frutas</b> Pão caseiro <b>s/ leite e s/ glúten</b>	<b>Frutas</b> Rosquinha de <b>polvilho</b> caseira <b>s/ leite e s/ queijo</b>
Janta 16:00	Arroz, <b>feijão</b> , Frango com <b>cenoura</b> <b>Couve/Pepino</b> fatiado	Carreiro (iscas de carne c/ arroz) <b>Repolho refogado</b> Salada colorida ( <b>Cenoura ralada c/ Chuchu ralado</b> )	Arroz, <b>feijão</b> Filé de peixe Jardineira de legumes ( <b>cenoura, couve-flor,</b> <b>abobrinha</b> ) <b>Alface/Cenoura</b> ralada	<b>Minestra c/ legumes</b> <b>Ovos mexidos c/ legumes (cenoura</b> <b>ralada, abobrinha</b> <b>ralada, tomate)</b> <b>Agrião/Beterraba</b> ralada	Creme de aipim c/ carne moída e cenoura ralada

Obs1 - As frutas e as verduras poderão ser substituídas conforme a época, a disponibilidade e, também, a produção da horta escolar.

Obs2 - A fruta deve ser oferecida primeiro.

Obs3 - Todas as preparações e os alimentos servidos são SEMPRE SEM adição de açúcar e REDUÇÃO de sal.

Carolina Sardá Estuqui  
Nutricionista CRN10 0661