



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**



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	Maçã Vitamina de frutas (leite s/ lactose) Panquequinha de fubá e banana	Mamão Leite s/ lactose quente Pão caseiro sem leite com queijo s/ lactose	Manga Achocolatado (leite s/ lactose quente c/ cacau e banana) Pão caseiro sem leite	Banana Leite s/ lactose quente Sanduíche (pão caseiro sem leite , queijo s/ lactose , alface, tomate, cenoura)	Melancia Leite s/ lactose quente Pão caseiro sem leite
10:30 Almoço	Macarrão c/ carne moída ensopada com batata e cenoura Espinafre Beterraba ralada	Arroz, feijão , Filé de peixe Cenoura cozida Rúcula	Arroz, Lentilha c/ carne moída e chuchu e abobrinha Cenoura cozida/Agrião	Arroz, aipim cozido Frango ao molho de tomate Espinafre/ Beterraba cozida	Minestra (carne bovina, cenoura, chuchu, arroz, feijão) Cenoura ralada Laranja
14:00 Lanche Tarde	Frutas Rosquinha de polvilho caseira sem leite e queijo	Frutas Batata doce assada	Frutas Pão caseiro sem leite	Frutas Torta salgada de carne e de legumes (cenoura, vagem, batata doce)	Frutas Pão caseiro sem leite
Janta 16:00	Minestra c/ legumes (cenoura, abobrinha, tomate, cebola, temp verde). Farofa de ovo Alface	Polenta Isclas ensopadas Repolho colorido (branco e roxo)	Sopa (frango, arroz, cenoura, chuchu, berinjela)	Arroz, feijão c/ legumes (cenoura, berinjela, abobrinha) e isca bovina Purê de abóbora Rúcula/Cenoura ralada	Arroz/Frango moído c/ legumes (cenoura, brócolis, couve-flor) 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	Laranja Leite s/ lactose quente Rosquinha de polvilho caseira sem leite e queijo	Melancia Iogurte s/ lactose natural c/ manga Pão caseiro sem leite	Banana Leite s/ lactose quente Pão caseiro sem leite	Manga Leite s/ lactose quente Pão caseiro sem leite	Banana Vitamina de frutas (leite s/ lactose) Misto (pão caseiro sem leite , queijo s/ lactose , tomate)
10:30 Almoço	Arroz Carne moída ensopada c/ legumes (abobrinha, chuchu, berinjela) Salada verde (Espinafre/Alface/ Rúcula)	Arroz, feijão c/ carne suína Cenoura refogada c/ temp. verde Beterraba ralada/ Tomate	Macarrão ao molho c/ iscas bovinas Alface Abobrinha cozida	Polenta Carne moída ensopada Rúcula/Chuchu	Arroz, feijão Frango assado com batata inglesa e cenoura Farofa Alface/Abóbora
14:00 Lanche Tarde	Frutas Panquequinha de fubá e maçã	Frutas Bolo sem leite de frutas sem açúcar	Frutas Sanduíche (pão caseiro sem leite , alface, tomate e queijo s/ lactose)	Frutas Pão caseiro sem leite	Frutas Rosquinha de polvilho caseira sem leite e queijo
Janta 16:00	Arroz, feijão , Frango com cenoura Couve/Pepino fatiado	Carreteiro (iscas de carne c/ arroz) Repolho refogado Salada colorida (Cenoura ralada c/ Chuchu ralado)	Arroz, feijão Filé de peixe Jardineira de legumes (cenoura, couve-flor, abobrinha) Alface/Cenoura ralada	Minestra c/ legumes Ovos mexidos c/ legumes (cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate) Agrião/Beterraba 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