



# PREFEITURA DE NOVA TRENTO

## Secretaria Municipal de Educação



### CARDÁPIO ESCOLAR- **Diabetes**

Setembro/ 2024



| 2ª Feira   | 3ª Feira   | 4ª Feira   | 5ª Feira  | 6ª Feira  |
|--|--|--|---|---|
| <b>02.09</b><br>Conselho Claraíba  | <b>03.09</b><br>Conselho Trinta  | <b>04.09</b><br>Conselho Trinta  | <b>05.09</b>  | <b>06.09</b>  |
| Suco de acerola c/<br>manga<br><b>Bolacha integral</b>                                       | <b>Suco de uva</b><br>Laranja<br>Pão caseiro <b>integral</b><br>de <b>aipim</b> c/ <b>manteiga</b>   | Arroz <b>integral</b><br><b>Feijão vermelho</b> c/<br>pernil e legumes<br>(batata, chuchu,<br>abóbora)<br>Alface/Vagem | Buffê de frutas<br>(Maçã, laranja,<br>banana, mamão)  | Polenta<br>Picadinho ensopado<br><b>Mista</b> (alface,<br>espinafre, rúcula,<br>chicória) |
| <b>09/09</b>   | <b>10/09</b>   | <b>11/09</b>   | <b>12/09</b>  | <b>13/09</b>  |
| Café c/ leite<br>Laranja<br><b>Bolacha integral</b>  | <b>Suco de uva</b><br>Pão caseiro <b>integral</b><br>c/ nata   | Bufê de frutas<br>(laranja, banana,<br>tangerina, maçã,<br>mamão)  | Minestra c/ legumes<br>(batata, couve,<br>cenoura, abóbora,<br>repolho, carne<br>moída)<br>Banana | Arroz <b>integral</b> / <b>Feijão</b><br><b>vermelho</b> c/ carne<br>Alface/Pepino        |
| <b>16/09</b>   | <b>17/09</b>   | <b>18/09</b>   | <b>19/09</b>  | <b>20/09</b>  |
| Café c/ leite<br>Melancia<br><b>Bolacha integral</b>   | Arroz <b>integral</b> c/<br>picadinho, abobrinha,<br>cenoura<br><b>Aipim</b> cozido<br>Acelga/Chuchu | <b>Suco de laranja</b><br>Banana<br>Pão caseiro <b>integral</b><br>de <b>aipim</b> c/<br><b>manteiga</b>               | Salada de frutas<br>(Maçã, laranja,<br>banana, mamão) c/<br>aveia                                 | Arroz <b>integral</b> / <b>Feijão</b><br>Preto<br><b>Farofa</b> de ovo<br>Tomate          |
| <b>23/09</b>   | <b>24/09</b>   | <b>25/09</b>   | <b>26/09</b>  | <b>27/09</b>  |
| Sopa de carne,<br>arroz e legumes<br>(abobrinha,<br>chuchu, batata<br>doce, abóbora)<br>Maçã | <b>Suco de tangerina</b><br>Pão caseiro <b>integral</b><br>de <b>aipim</b> c/ <b>manteiga</b>        | <b>Minestra</b> c/ cenoura<br><b>Farofa</b> de ovo<br>Laranja  | Arroz <b>integral</b><br><b>Feijão</b><br>Peixe<br>Mista (cenoura ral<br>+beterraba ral)          | Buffê de frutas<br>(tangerina, laranja,<br>maçã, banana)                                  |
| <b>30/09</b>   |  |  |   |   |
| Café c/ leite<br>Manga<br><b>Bolacha integral</b>  |                   |                                     |               |      |

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.**

Carolina Sardá Estuqui  
Nutricionista – CRN10 0661