



PREFEITURA DE NOVA TRENTO

Secretaria Municipal de Educação



CARDÁPIO ESCOLAR Intolerância à lactose Setembro/ 2024



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

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