



PREFEITURA DE NOVA TRENTO

Secretaria Municipal de Educação

CARDÁPIO CRECHES - OUTUBRO/ 2024



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

Semana: 01.10 a 04.10, 14.10 a 18.10, 29.10 e 31.10 **ALERGIA AO LEITE** 28.10 - FERIADO - DIA DO SERVIDOR PÚBLICO

| Refeição | 2ª Feira 14.10 | 3ª Feira 01.10/15.10/29.10 | 4ª Feira 02.10/16.10/30.01 | 5ª Feira 03.10/17.10/31.10 | 6ª Feira 04.10/18.10 |
|-----------------------|---|--|---|--|--|
| 8:00 Lanche manhã | Mamão Leite DE SOJA SEM SABOR Rosquinha de polvilho SEM LEITE | Maçã Vitamina de frutas (Leite DE SOJA SEM SABOR) Pão caseiro SEM LEITE | Banana Leite DE SOJA SEM SABOR Pão caseiro SEM LEITE | Laranja lima Vitamina de frutas (Leite DE SOJA SEM SABOR) Pão caseiro SEM LEITE | Melancia Leite DE SOJA SEM SABOR Pão caseiro SEM LEITE c/ doce de frutas s/ açúcar |
| 10:30 Almoço | Carreteiro (iscas de carne, arroz) Repolho refogado Tomate/Pepino | Arroz, lentilha c/ cenoura Carne moída refogada Alface/Beterraba ralada | Arroz, feijão, Farofa de ovo, Legumes refogados (batata doce, abobrinha, tomate, cebola, temp. verde) Chicória | Arroz, feijão Filé de peixe Jardineira de legumes (cenoura, chuchu, abobrinha) Espinafre/Rúcula | Frango ao molho de tomate Macarrão Acelga/Cenoura cozida |
| 14:00 Lanche Tarde | FRUTAS Pão caseiro SEM LEITE | FRUTAS Pão caseiro SEM LEITE | FRUTAS Batata doce assada | FRUTAS Pão caseiro SEM LEITE | FRUTAS Bolo SEM LEITE de frutas s/ açúcar |
| Janta 16:00 | Minestra (cenoura, chuchu, arroz, feijão) Laranja | Macarrão ao molho de tomate Frango assado Espinafre e tomate | Polenta Carne moída ensopada Legumes refogados (batata doce, berinjela, cenoura) Couve/Tomate | Sopa de legumes (arroz, cenoura, chuchu, abobrinha) | Arroz, feijão Isclas de carne Aceboladas Purê de abóbora Alface |

Semana: 07/10 a 11/10 e 21/10 a 25/10

| Refeição | 2ª Feira 07.10/21.10 | 3ª Feira 08.10/22.10 | 4ª Feira 09.10/23.10 | 5ª Feira 10.10/24.10 | 6ª Feira 11.10/25.10 |
|-----------------------|--|--|---|--|--|
| 8:00 Lanche manhã | Maçã Leite DE SOJA SEM SABOR Bolo SEM LEITE de laranja s/ AÇÚCAR | Melancia Leite DE SOJA SEM SABOR Pão caseiro SEM LEITE c/ doce de frutas s/ açúcar | Mamão Leite DE SOJA SEM SABOR Pão caseiro SEM LEITE | Banana Leite DE SOJA SEM SABOR Pão caseiro SEM LEITE | Laranja lima Vitamina de frutas (Leite DE SOJA SEM SABOR) Pão caseiro SEM LEITE |
| 10:30 Almoço | Arroz, isclas de carne ensopada Alface/Tomate | Arroz, feijão, Aipim cozido Carne moída refogada Repolho ralado/Cenoura cozida | Polenta Frango ensopado c/ batata Espinafre/ Cenoura ralada | Arroz, feijão Isclas refogadas Rúcula/Beterraba ralada | Arroz, feijão c/ carne suína, Abobrinha refogada Pepino/Berinjela |
| 14:00 Lanche Tarde | FRUTAS ROSQUINHA DE POLVILHO SEM LEITE | FRUTAS Danoninho saudável (banana, morango congelado e água) | FRUTAS Pão caseiro SEM LEITE c/ carne moída | FRUTAS Suco de uva | FRUTAS Torta SEM LEITE de carne c/ legumes (cenoura, vagem, brócolis) |
| Janta 16:00 | Minestra (feijão, arroz, cenoura, brócolis) Laranja | Risoto de frango (arroz, frango, cenoura, vagem) Pepino/Beterraba cozida | Arroz, feijão Farofa de ovo Cenoura refogada com temp. verde Repolho ralado/Chuchu | Canja (frango, batata, chuchu, cenoura, arroz) | Macarrão c/ carne moída Alface/Beterraba ralada |

Obs1. As frutas e as verduras poderão ser substituídas conforme a época, a disponibilidade das mesmas e a produção da horta.

Obs2. Quando houver fruta no cardápio, esta será oferecida primeira.

Obs3. Todas as preparações e os alimentos servidos são sem adição de açúcar e redução de sal.

Carolina Sardá Estuqui
Nutricionista CRN10 – 0661

