



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 OVO** 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	Melão Leite Panquequinha de fubá e banana (NÃO VAI OVO)	Maçã Vitamina de frutas Panquequinha de fubá e maçã (NÃO VAI OVO)	Banana Leite Panquequinha de fubá e banana (NÃO VAI OVO)	Laranja lima Vitamina de frutas Panquequinha de fubá e maçã (NÃO VAI OVO)	Melancia Leite Panquequinha de fubá e banana (NÃO VAI OVO)
10:30 Almoço	Carreiteiro (iscas de carne, arroz) Repolho refogado Tomate/Pepino	Arroz, lentilha c/ cenoura Carne moída refogada Alface/Beterraba ralada	Arroz, feijão, Farofa SEM 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	FRUTAS	FRUTAS Batata doce assada	FRUTAS	FRUTAS
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 Panquequinha de fubá e maçã (NÃO VAI OVO)	Melancia Leite Panquequinha de fubá e banana (NÃO VAI OVO)	Mamão Leite Panquequinha de fubá e maçã (NÃO VAI OVO)	Banana Leite Panquequinha de fubá e banana (NÃO VAI OVO)	Laranja lima Vitamina de frutas Panquequinha de fubá e maçã (NÃO VAI OVO)
10:30 Almoço	Arroz, iscas 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	FRUTAS Danoninho saudável (banana, morango congelado e iogurte natural)	FRUTAS	FRUTAS Suco de uva c/ iogurte	FRUTAS
Janta 16:00	Minestra (feijão, arroz, cenoura, brócolis) Laranja	Risoto de frango (arroz, frango, cenoura, vagem) Pepino/Beterraba cozida	Arroz, feijão Farofa SEM 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

