



# 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	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

