



PREFEITURA DE NOVA TRENTO
Secretaria Municipal de Educação



CARDÁPIO ESCOLAR – INT. À LACTOSE, AO GLÚTEN E AO OVO



Outubro/ 2024 **MÊS DAS CRIANÇAS**

2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
	01/10 <u>Suco de morango</u> Tangerina PANQUEQUINHA DE MAÇÃ E FUBÁ	02/10 Arroz <u>Feijão preto</u> Farofa SEM OVOS Rúcula/ cenoura cozida Laranja	03/10 Bufê de frutas (Mamão, banana, maçã, melancia)	04/10 <u>Suco de acerola</u> PANQUEQUINHA DE BANANA E FUBÁ
07/10	08/10	09/10	10/10	11/10
Café c/ leite <u>s/ lactose</u> Laranja Bolacha DE ARROZ	<u>Suco de uva</u> Banana PANQUEQUINHA DE BANANA E FUBÁ	<u>Minestra</u> Farofa SEM OVOS Tomate/Espinafre	<u>Suco de laranja</u> Maçã Bolacha DE ARROZ	<u>Suco de tangerina</u> PANQUEQUINHA DE MAÇÃ E FUBÁ
14.10	15.10 <i>Dia do Professor</i>	16.10 <i>Dia da alimentação</i>	17.10	18.10
Café c/ leite <u>s/ lactose</u> Maçã Bolacha DE ARROZ	<u>Suco de uva</u> PANQUEQUINHA DE MAÇÃ E FUBÁ Banana	Arroz/ <u>Feijão vermelho</u> Farofa SEM OVOS Alface Maçã	Arroz/ Aipim cozido Frango ensopado Pepino	Macarrão SEM GLÚTEN ao molho de carne Acelga c/ tomate
21/10 <i>Dia da alimentação na Escola</i>	22/10	23/10	24/10	25/10
Sopa de legumes (<u>aipim</u> , cenoura, chuchu, berinjela) Laranja	<u>Suco de limão c/ abacaxi</u> Bolacha DE ARROZ	Arroz/ <u>Feijão preto</u> c/ pernil <u>Farofa</u> Rúcula	Bufê de frutas (Laranja, maçã, banana, tangerina)	Arroz Feijão c/ picadinho Repolho
28/10 <i>Dia do Funcionário Público</i>	29/10	30/10 <i>Dia da Merendeira</i>	31/10	
Dia do Funcionário Público 28 de Outubro Parabéns a todos Servidores	Café c/ leite <u>s/ lactose</u> Maçã Bolacha DE ARROZ	Arroz Feijão Farofa SEM OVOS Repolho	Risoto Beterraba cozida/Rúcula Banana	PARABÉNS, QUERIDAS MERENDEIRAS!!!!

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.

12/10 - Dia de Nossa Sra. Aparecida e Dia das crianças

Carolina Sardá Estuqui
Nutricionista – CRN10 0661

