






PREFEITURA DE NOVA TRENTO
Secretaria Municipal de Educação



CARDÁPIO ESCOLAR – INTOLERÂNCIA À LACTOSE



Outubro/ 2024 **MÊS DAS CRIANÇAS**

2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
	01/10 <u>Suco de morango</u> Tangerina Bolo de fubá SEM LEITE	02/10 Arroz <u>Feijão preto</u> <u>Farofa</u> de ovos Rúcula/ cenoura cozida Laranja	03/10 Bufê de frutas (Mamão, banana, maçã, melancia)	04/10 <u>Suco de acerola</u> Pão caseiro SEM LEITE c/ <u>doce de frutas</u>
07/10	08/10	09/10	10/10	11/10
Café c/ leite s/ lactose Laranja <u>Bolacha caseira s/ lactose (L)</u> 14.10	<u>Suco de uva</u> Banana <u>Bolo de chocolate SEM LEITE</u> 15.10 <i>Dia do Professor</i>	<u>Minestra</u> <u>Farofa</u> de ovos Tomate/Espinafre 16.10 <i>Dia da alimentação</i>	<u>Suco de laranja</u> Maçã <u>Bolacha caseira s/ lactose (L)</u> 17.10	<u>Suco de tangerina</u> Pipoca Cachorro-quente c/ <u>pão francês</u> 18.10
Café c/ leite s/ lactose Maçã <u>Bolacha caseira s/ lactose (L)</u> 21/10 <i>Dia da alimentação na Escola</i>	<u>Suco de uva</u> Pão caseiro SEM LEITE c/ <u>doce de fruta</u> Banana 22/10	Arroz/ <u>Feijão vermelho</u> <u>Farofa</u> de ovos Alface Maçã 23/10	Arroz/ <u>Aipim cozido</u> Frango ensopado Pepino 24/10	Macarrão ao molho de carne Acelga c/ tomate 25/10
Sopa de legumes (<u>aipim</u> , cenoura, chuchu, berinjela) Laranja 28/10 <i>Dia do Funcionário Público</i>	<u>Suco de limão c/ abacaxi</u> Bolo de <u>cenoura SEM LEITE</u> 29/10	Arroz/ <u>Feijão preto</u> c/ pernil <u>Farofa</u> Rúcula 30/10 <i>Dia da Merendeira</i>	Bufê de frutas (Laranja, maçã, banana, tangerina) 31/10	Arroz Feijão c/ picadinho Repolho 
Dia do Funcionário Público 28 de Outubro Parabéns a todos Servidores 	Café c/ leite s/ lactose Maçã <u>Bolacha caseira s/ lactose (L)</u>	Arroz Feijão <u>Farofa</u> de 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

