



PREFEITURA DE NOVA TRENTO
Secretaria Municipal de Educação
CARDÁPIO CRECHES - NOVEMBRO/ 2024



Semana: 01/11 – 11/11 a 14/11 – 25/11 – 29/11.

15.11 – Feriado – Proclamação da República

Refeição	2ª Feira 11.11/25.11/27.11	3ª Feira 12.11/28.11	4ª Feira 13.11/26.11	5ª Feira 14.11/27.11	6ª Feira 01.11/15.11/29.11
8h Lanche manhã	Melancia Leite Pãozinho/Rosquinha de polvilho caseira	Manga Vitamina de frutas Pão caseiro c/ geleia s/ açúcar	Banana Leite Pão caseiro	Mamão Leite c/ cacau e banana Sanduíche (pão caseiro, tomate , queijo)	Banana Vitamina de frutas Pão caseiro c/ geleia s/ açúcar
10h30 Almoço	Arroz Carne moída, Legumes refogados (cenoura , abobrinha, tomate) Beterraba cozida	Polenta com iscas ensopadas com legumes (batata doce , abobrinha, chuchu) Repolho/Pepino	Arroz, feijão c/ carne e legumes (abobrinha , berinjela, batata doce) Beterraba cozida/Espinafre	Risoto Aipim cozido Cenoura ralada/Couve	Arroz, feijão Farofa de ovo Tomate/Agrião
14h Lanche Tarde	Frutas Batata doce assada	Frutas Sanduíche (pão caseiro, tomate , alface , queijo)	Frutas Rosquinha de polvilho caseira	Frutas Pão caseiro	Frutas Pão de queijo
Janta 16h	Minestra (Cenoura, chuchu, arroz, feijão) Laranja	Arroz, lentilha, Filé de peixe grelhado Jardineira de legumes (berinjela , chuchu , abobrinha) Chicória	Sopa (frango, arroz, cenoura , chuchu , abobrinha)	Arroz, feijão Carne ensopada (iscas de carne) Abóbora quibebe Acelga/ Beterraba cozida	Macarrão com carne moída e legumes (cenoura , batata doce , chuchu) Pepino/Espinafre

Semana: 04/11 a 08/11 – 18/11 a 22/11

20.11 – Feriado – Dia da Consciência Negra

Refeição	2ª Feira 04.11/18.11	3ª Feira 05.11/19.11	4ª Feira 06.11	5ª Feira 07.11/21.11	6ª Feira 08.11/22.11
8h Lanche manhã	Manga Vitamina de frutas Pão de queijo	Melancia Leite Pão caseiro	Mamão Vitamina de frutas Pão caseiro c/ geleia s/ açúcar	Banana Leite Misto (pão caseiro, queijo, tomate , cenoura , pepino)	Manga Leite Pão caseiro
10h30 Almoço	Carreiro (Iscas de carne, cenoura) Repolho refogado Pepino	Arroz, feijão Carne suína ensopada c/ cenoura Beterraba cozida/Chuchu	Polenta com carne moída Espinafre/vagem	Arroz, lentilha Iscas de carne c/ legumes (batata doce , couve , pimentão) Pepino/tomate	Arroz, feijão Frango assado com batata e cenoura Couve/Beterraba ralada
14h Lanche Tarde	Frutas Bolo de frutas sem açúcar	Frutas Rosquinha de polvilho	Frutas Batata doce assada	Frutas Pão caseiro	Frutas Pão de queijo
Janta 16h	Minestra (abobrinha, berinjela, batata, arroz, feijão) Tomate	Macarrão ao molho de tomate Carne moída c/ legumes (cenoura , chuchu) Acelga c/ tomate	Arroz, feijão Peixe Farofa Couve /beterraba cozida	Arroz, purê de aipim Ovos mexidos com legumes (cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate) Espinafre/ Berinjela	Macarrão Iscas ao molho de tomate Rúcula/Cenoura cozida

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

Obs2. Quando houver fruta no cardápio, esta será oferecida primeiro;

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

Carolina Sardá Estuqui
Nutricionista RT – CRN10 0661