



PREFEITURA DE NOVA TRENTO

Secretaria Municipal de Educação

CARDÁPIO CRECHES - NOVEMBRO/ 2024

Semana: 01/11 – 11/11 a 14/11 – 25/11 – 29/11. **Intolerância à lactose e ao glúten**



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 01.11/29.11
8h Lanche manhã	Melancia Leite s/ lactose Pãozinho/Rosquinha de polvilho caseira SEM LEITE E SEM QUEIJO	Manga Vitamina de frutas (Leite s/ lactose) Pão caseiro s/ leite e s/ glúten c/ geleia s/ açúcar	Banana Leite s/ lactose Pão caseiro s/ leite e s/ glúten	Mamão Leite s/ lactose c/ cacau e banana Sanduíche (pão caseiro s/ leite e s/ glúten, tomate, queijo s/ lactose)	Banana Vitamina de frutas (Leite s/ lactose) Pão caseiro s/ leite e s/ glúten 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 s/ leite e s/ glúten, tomate, alface, queijo s/ lactose)	Frutas Rosquinha de polvilho caseira SEM LEITE E SEM QUEIJO	Frutas Pão caseiro s/ leite e s/ glúten	Frutas Rosquinha de polvilho SEM LEITE E SEM 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 s/ glúten 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 04.18/20.11	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 (Leite s/ lactose) Rosquinha de polvilho SEM LEITE E SEM QUEIJO	Melancia Leite s/ lactose Pão caseiro s/ leite e s/ glúten	Mamão Vitamina de frutas (Leite s/ lactose) Pão caseiro s/ leite e s/ glúten c/ geleia s/ açúcar	Banana Leite s/ lactose Misto (pão caseiro s/ leite e s/ glúten, queijo s/ lactose, tomate, cenoura, pepino)	Manga Leite s/ lactose Pão caseiro s/ leite e s/ glúten
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 Pão caseiro s/ leite e s/ glúten	Frutas Rosquinha de polvilho SEM LEITE E SEM QUEIJO	Frutas Batata doce assada	Frutas Pão caseiro s/ leite e s/ glúten	Frutas Rosquinha de polvilho SEM LEITE E SEM QUEIJO
Janta 16h	Minestra (abobrinha, berinjela, batata, arroz, feijão) Tomate	Macarrão s/ glúten ao molho de tomate Carne moída c/ legumes (cenoura, chuchu) Acelga c/ tomate	Arroz, feijão Peixe Farofa Couve /beterraba cozida	Arroz, AIPIM COZIDO Ovos mexidos com legumes (cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate) Espinafre/ Berinjela	Macarrão s/ glúten 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.