



PREFEITURA DE NOVA TRENTO
Secretaria Municipal de Educação



CARDÁPIO ESCOLAR



Novembro/ 2024 – Intolerância à lactose

2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
				01/11
				Arroz/ Feijão vermelho Omelete Espinafre/Pepino Laranja
04/11	05/11	06/11	07/11	08/11
Suco de uva Melancia Bolacha sem lactose (L)	Suco de morango Bolo de laranja sem leite Melancia	Arroz/ Feijão preto c/ carne moída Farofa Acelga c/ tomate Laranja	Macarrão c/ picadinho e c/ legumes (batata doce, cenoura, chuchu) Banana	Arroz Feijão vermelho Frango ensopado Mix de folhas verdes (rúcula, couve, chicória, espinafre) Maçã
11/11	12/11	13/11	14/11	15/11 Proclamação da República
Suco de tangerina Laranja Bolacha sem lactose (L)	Minestra c/ legumes (couve, repolho, batata doce) Farofa de ovos	Salada de frutas (laranja, manga, mamão, banana)	Arroz, feijão vermelho Filé de peixe Chicória/Pepino	
18/11	19/11	20/11 Dia da Consciência Negra	21/11	22/11
Vitamina (leite sem lactose , abacate e limão) Melancia Bolacha sem lactose (L)	Suco de uva Pão caseiro sem leite c/ doce de frutas Laranja		Risoto Aipim cozido Alface/Cenoura ralada Banana	Arroz/ Feijão preto Picadinho c/ legumes (batata doce, cenoura, repolho) Manga
25/11	26/11	27/11	28/11	29/11
Café c/ leite sem lactose Laranja Bolacha sem lactose (L)	Suco de abacaxi Bolo sem leite de fubá	Minestra c/ carne moída c/ chuchu e acelga Tomate	Arroz/ Feijão vermelho Farofa de ovos Repolho/Couve Banana	Polenta Carne moída Alface/Chuchu Maçã

Obs.: As saladas e as frutas poderão ser alteradas conforme à época e à produção da horta escolar.

02.11 – Finados

Carolina Sardá Estuqui
Nutricionista – CRN10 0661