



## CARDÁPIO PRÉ – INTOLERANTES À LACTOSE

### SETEMBRO

|          | SEGUNDA                                          | TERÇA                                                                        | QUARTA                                                       | QUINTA                                                | SEXTA                                             |
|----------|--------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| DATA     | 01/09                                            | 02/09                                                                        | 03/09                                                        | 04/09                                                 | 05/09                                             |
| CARDÁPIO | * Macarrão com molho de carne moída<br>* Salada  | * Torta salgada de frango (sem leite, conforme receituário)<br>* Chá ou suco | * Sopa de legumes com macarrão e carne bovina                | * Mingau de aveia sem lactose<br>* Fruta              | <b>FORMAÇÃO CONTINUADA</b>                        |
| DATA     | 08/09                                            | 09/10                                                                        | 10/09                                                        | 11/09                                                 | 12/09                                             |
| CARDÁPIO | * Quirera com carne suína<br>* Salada            | * Arroz c/ feijão<br>* Filé de tilápia<br>* Polenta<br>* Salada              | * Biscoito de polvilho<br>* Chá<br>* Fruta                   | * Macarrão<br>* Molho de carne moída<br>* Salada      | * Biscoito de polvilho<br>* Suco de frutas ou chá |
| DATA     | 15/09                                            | 16/09                                                                        | 17/09                                                        | 18/09                                                 | 19/09                                             |
| CARDÁPIO | * Macarrão<br>* Molho de carne moída<br>* Salada | * Arroz carreteiro<br>* Salada                                               | * Arroz c/ feijão<br>* Frango assado<br>* Batata<br>* Salada | * Quirera com carne suína<br>* Salada                 | * Sagu com suco de uva<br>* Fruta                 |
| DATA     | 22/09                                            | 23/09                                                                        | 24/09                                                        | 25/09                                                 | 26/09                                             |
| CARDÁPIO | * Macarrão<br>* Molho de carne moída<br>* Salada | * Arroz carreteiro<br>* Salada                                               | * Pizza de liquidificador<br>* Suco de frutas ou chá         | * Arroz c/ feijão<br>* Ovos<br>* Macarrão<br>* Salada | * Mingau de aveia sem lactose<br>* Fruta          |
| DATA     | 29/09                                            | 30/09                                                                        |                                                              |                                                       |                                                   |
| CARDÁPIO | * Arroz carreteiro<br>* Salada                   | * Biscoito de polvilho<br>* Chá ou suco                                      |                                                              |                                                       |                                                   |

**Observações:** \* Bebidas não podem ser adoçadas respeitando a resolução do FNDE 06/2020. \* Ofertar água ao decorrer do dia a todas as crianças. \* Utilizar temperos naturais nas preparações, como: alho, cebola e temperos verdes; \* As frutas, verduras e folhosos serão enviados de acordo com a sazonalidade, entrega do fornecedor e/ou disponibilidade da Agricultura Familiar, evitando desperdícios; \* **A ORDEM DESSE CARDÁPIO PODERÁ SOFRER ALTERAÇÕES** conforme a necessidade de aproveitamento dos alimentos do estoque de cada CMEI, (disponibilidade, grau de maturação e data de vencimento), devendo ser informada a **NUTRICIONISTA COM ANTECEDÊNCIA** para que a mesma aprove ou não a alteração.

Nutricionista: Camila Costa Caçador – CRN/8: 16399