



CARDÁPIO CRECHE – maio a agosto de 2019 – Intolerantes à Lactose

1ª SEMANA COMPLETA

	Segunda-feira	**Terça-feira**	**Quarta-feira**	**Quinta-feira**	**Sexta-feira**
Café da manhã	Pão fatiado integral com mel Chá de abacaxi	Pão fatiado com geléia de frutas Leite 0% lactose com cacau	Pão de milho com melado Chá de ervas (horta)	Pastel assado Chá de maçã	Pão fatiado com geléia de frutas Café com leite 0% lactose
Fruta	Banana	Laranja	Maçã	Banana	Maçã
Almoço	Sopa de frango, legumes e arroz Pão fatiado (servir junto com a sopa)	Polenta com molho de carne moída e legumes Salada	Feijão carioca e arroz Carne em cubos com legumes Salada crua	Macarrão caseiro com peito de frango em molho Salada cozida	Sopa de feijão preto com massinha fina e legumes Pão fatiado
Lanche da tarde	Pão fatiado com geléia de frutas Café com leite 0%lactose	Pão fatiado integral com mel Chá de abacaxi	Pão fatiado com melado Leite 0% lactose com cacau	Pão de milho com melado Chá de ervas (horta)	Pastel assado Chá de maçã
Fruta	Laranja	Banana	Laranja	Maçã	Banana
Jantar	Polenta com molho de carne moída e legumes Salada	Sopa de feijão preto com massinha fina e legumes Pão fatiado	Sopa de frango, legumes e arroz Pão fatiado (servir junto com a sopa)	Feijão carioca e arroz Carne em cubos com legumes Salada crua	Macarrão caseiro com peito de frango em molho Salada cozida

Obs.:

- O Cardápio só deverá ser alterado com a autorização da Nutricionista.

Midian Rachelle Zancanaro da Silva

Nutricionista Responsável Técnica do PNAE

CRN10 - 2256





CARDÁPIO CRECHE – maio a agosto de 2019 – Intolerantes à Lactose

2ª SEMANA COMPLETA

	Segunda-feira	**Terça-feira**	**Quarta-feira**	**Quinta-feira**	**Sexta-feira**
Café da manhã	Pão fatiado integral com melado Café com leite 0%lactose	Bolo salgado (sem leite) Chá de maçã	Biscoito caseiro doce sem leite Leite 0%lactose com açúcar mascavo	Pão fatiado com mel Café com leite 0% lactose	Pão fatiado com geléia de frutas Chá de maracujá
Fruta	Banana	Morgota	Maçã	Mamão	Maçã
Almoço	Sopa de feijão preto com massinha fina e legumes Pão fatiado	Purê de batata (sem leite) Carne em cubos com legumes (cenoura, abobrinha) Salada crua	Galinhada com peito de frango e legumes Salada crua	Polenta com molho de carne suína Legumes refogados (abobrinha e cenoura) Salada crua	Arroz, lentilha Ovo cozido Salada
Lanche da tarde	Pão fatiado com geléia de frutas Chá de maracujá	Pão fatiado com mel Café com leite 0% lactose	Pão fatiado integral com melado Café com leite 0%lactose	Bolo salgado (sem leite) Chá de maçã	Biscoito caseiro doce sem leite Leite 0% lactose com açúcar mascavo
Fruta	Maçã	Banana	Morgota	Maçã	Mamão
Jantar	Polenta com molho de carne suína Legumes refogados (abobrinha e cenoura) Salada crua	Arroz, lentilha Ovo cozido Salada	Sopa de feijão preto com massinha fina e legumes Pão fatiado	Galinhada com peito de frango e legumes Salada crua	Purê de batata (sem leite) Carne em cubos com legumes (cenoura, abobrinha) Salada crua

Obs.: O Cardápio só deverá ser alterado com a autorização da Nutricionista.

Midian Rachelle Zancanaro da Silva

Nutricionista Responsável Técnica do PNAE

CRN10 - 2256





CARDÁPIO CRECHE – maio a agosto de 2019 – Intolerantes à Lactose

3ª SEMANA COMPLETA

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Pão de milho com geléia de frutas Leite 0% lactose com cacau	Biscoito sem adição de leite Chá de abacaxi	Bolo de cenoura (sem cobertura e sem leite) Café com leite 0% lactose	Pão fatiado integral com mel Chá de ervas (horta)	Pão fatiado com melado Leite 0% lactose com açúcar mascavo
Fruta	Banana	Laranja	Melão	Maçã	Banana
Almoço	Sopa de agnoline com peito de frango e legumes Pão fatiado	Polenta mole com carne de gado moída e legumes Salada crua	Carreteiro com carne em cubos e legumes Salada crua	Macarrão caseiro com carne moída Abóbora cabotiá refogada	Arroz e feijão Farofa de legumes com ovos Salada crua
Lanche da tarde	Pão fatiado com melado Leite 0% lactose com açúcar mascavo	Pão fatiado integral com mel Chá de ervas (horta)	Pão de milho com geléia de frutas Leite 0% lactose com cacau	Biscoito sem adição de leite Chá de abacaxi	Bolo de cenoura (sem cobertura e sem leite) Café com leite 0% lactose
Fruta	Maçã	Banana	Laranja	Melão	Maçã
Jantar	Macarrão caseiro com carne moída Abóbora cabotiá refogada	Arroz e feijão Farofa de legumes com ovos Salada crua	Sopa de agnoline com peito de frango e legumes Pão fatiado	Polenta mole com carne de gado moída e legumes Salada crua	Carreteiro com carne em cubos e legumes Salada crua

Obs.:

- O Cardápio só deverá ser alterado com a autorização da Nutricionista.

Midian Rachelle Zancanaro da Silva

Nutricionista Responsável Técnica do PNAE

CRN10 - 2256





CARDÁPIO CRECHE – maio a agosto de 2019 – Intolerantes à Lactose

4ª SEMANA COMPLETA

	Segunda-feira	**Terça-feira**	**Quarta-feira**	**Quinta-feira**	**Sexta-feira**
Café da manhã	Pão fatiado com geléia de frutas Café com leite 0%lactose	Bolo salgado com legumes (sem leite) Chá de laranja	Pão de milho com mel Chá de maracujá	Biscoito caseiro doce sem leite Café com leite 0% lactose	Pastel assado Chá de abacaxi
Fruta	Caqui	Maçã	Morgota	Banana	Manga
Almoço	Polenta com molho de carne de frango (peito) Salada crua Salada cozida	Feijoada (carne, linguiça, etc.) Arroz e batata doce caramelizada Salada crua	Sopa de feijão carioca com massinha fina e legumes Pão fatiado	Sopa de massinha fina com carne de gado e legumes Pão fatiado	Refogado de legumes (batata, cenoura, abrobrinha) Arroz Carne moída
Lanche da tarde	Pastel assado Chá de abacaxi	Biscoito caseiro doce sem leite Café com leite 0%lactose	Bolo salgado com legumes (sem leite) Chá de laranja	Pão fatiado com geléia de frutas Café com leite 0% lactose	Pão de milho com mel Chá de maracujá
Fruta	Manga	Caqui	Maçã	Morgota	Banana
Jantar	Sopa de massinha fina com carne de gado e legumes Pão fatiado	Refogado de legumes (batata, cenoura, abrobrinha) Arroz Carne moída	Polenta com molho de carne de frango (peito) Salada crua Salada cozida	Feijoada (carne, linguiça, etc.) Arroz e batata doce caramelizada Salada crua	Sopa de feijão carioca com massinha fina e legumes Pão fatiado

Obs.:

- O Cardápio só deverá ser alterado com a autorização da Nutricionista.

Midian Rachelle Zancanaro da Silva

Nutricionista Responsável Técnica do PNAE

CRN10 - 2256





CARDÁPIO CRECHE – maio a agosto de 2019 – Intolerantes à Lactose

5ª SEMANA – INÍCIO E FINAL DO MÊS (INCOMPLETA)

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Biscoito sem adição de leite Café com leite 0% lactose	Pão fatiado com mel Leite 0% lactose com cacau	Bolo integral de maçã (sem leite) Chá de ervas (horta)	Sanduíche (pão fatiado e presunto) Chá de maracujá	Pão fatiado integral com melado Café com leite 0% lactose
Fruta	Maçã	Banana	Maçã	Mamão	Banana
Almoço	Arroz e lentilha Carne em cubos com legumes Salada crua	Sopa de agnoline com frango (peito) e legumes Pão fatiado	Macarrão com molho de carne moída e legumes Salada crua	Galinhada com peito de frango e legumes Salada	Purê de batata (sem leite) Carne moída com legumes Salada crua
Lanche da tarde	Bolo integral de maçã (sem leite) Chá de ervas (horta)	Sanduíche (pão fatiado e presunto) Chá de maracujá	Pão fatiado integral com melado Café com leite 0% lactose	Biscoito sem adição de leite Café com leite 0% lactose	Pão fatiado com mel Leite 0% lactose com cacau
Fruta	Banana	Maçã	Mamão	Banana	Maçã
Jantar	Purê de batata (sem leite) Carne moída com legumes Salada crua	Galinhada com peito de frango e legumes Salada	Arroz e lentilha Carne em cubos com legumes Salada crua	Sopa de agnoline com frango (peito) e legumes Pão fatiado	Macarrão com molho de carne moída e legumes Salada crua

Obs.: O Cardápio só deverá ser alterado com a autorização da Nutricionista.

Midian Rachelle Zancanaro da Silva

Nutricionista Responsável Técnica do PNAE

CRN10 - 2256