

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA AGRÍCOLA
 Período: 29/04 a 24/05/2019
INTOLERÂNCIA À LACTOSE
13ª Semana (29/04 a 03/05)

| REFEIÇÃO | DIAS DA SEMANA | | | | |
|-----------------|--|--|--------------|--|--|
| | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira |
| Café da manhã | Creme de Aveia com Chocolate FEITO COM LEITE SEM LACTOSE | Biscoito Salgado ou Doce Integral LEITE SEM LACTOSE com Achocolatado | | Bolo de Chocolate LEITE SEM LACTOSE com Café | Pão Integral Fatiado com MEL LEITE SEM LACTOSE com Achocolatado |
| Almoço | CARNE AO MOLHO Arroz com Açafrão Feijão Carioca Salada de Cenoura Salada de Repolho Verduras da Horta | Carne de Panela Arroz Feijão Preto Abóbora Refogada Salada de Repolho Roxo Salada de Chuchu Verduras da Horta | | Ovos Mexidos Macarrão a Primavera Arroz Feijão com Lentilha Salada Verde (alface, rúcula e agrião) Salada de Tomate Verduras da Horta | |
| Lanche da tarde | Biscoito Doce ou Salgado Integral LEITE SEM LACTOSE com Achocolatado | Torta Integral de carne moída Suco de Uva | | Cereal de Milho com LEITE SEM LACTOSE e Salada de Frutas (Maçã, laranja, banana) | |

(1) usar verdura da horta para enriquecer a farofa

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA AGRÍCOLA
 Período: 29/04 a 24/05/2019

INTOLERÂNCIA À LACTOSE

14ª Semana (06/05 a 10/05)

| REFEIÇÃO | DIAS DA SEMANA | | | | |
|------------------------|---|---|---|---|--|
| | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira |
| Café da manhã | Biscoito Doce ou Salgado Integral <u>LEITE SEM LACTOSE</u> com Achocolatado | Pão Caseiro de Fubá(2) com <u>MELADO OU MEL</u> <u>LEITE SEM LACTOSE</u> com Café | Bolo de Laranja(3) <u>LEITE SEM LACTOSE</u> com Café | <u>Creme de Chocolate</u> com Canela <u>FEITO</u> <u>COM LEITE SEM</u> <u>LACTOSE</u> Banana Branca | Biscoito Doce ou Salgado Integral <u>LEITE SEM LACTOSE</u> com Achocolatado |
| Almoço | Carne de Panela(1) Arroz Purê de Batata Doce com Inhame Feijão Carioca Salada de Cenoura Salada de Pepino Verduras da Horta | Iscas ao Molho Arroz Polenta com Aveia e Orégano Salada de Repolho Salada de Beterraba Verduras da Horta | Ovos Cozidos Arroz Macarrão à Primavera Lentilha Salada de Alface Salada de Tomate Verduras da Horta | <u>CARNE DESFIADA</u> <u>ENSOPADA</u> Arroz Aipim Sauteé Feijão Carioca Salada de Berinjela com Cenoura Salada Verde (alface, rúcula, agrião) Verduras da Horta | |
| Lanche da tarde | <u>ALIMENTO COM SOJA</u> <u>SABORES VARIADOS</u> com Granola Fruta | Biscoito Salgado de Gergelim <u>LEITE SEM LACTOSE</u> com Achocolatado Fruta | Pão Massinha com <u>MEL</u> <u>LEITE SEM LACTOSE</u> com Café | <u>PÃO COM MELADO</u> <u>LEITE SEM LACTOSE</u> com Achocolatado | |

(1) Se não tiver acém, fazer com Iscas de Patinho

(2) o pão deverá ser feito no dia anterior

(3) o bolo deverá ser feito no dia anterior

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA AGRÍCOLA
 Período: 29/04 a 24/05/2019
INTOLERÂNCIA À LACTOSE

15ª Semana (13/05 a 17/05)

| REFEIÇÃO | DIAS DA SEMANA | | | | |
|-----------------|--|--|--|---|---|
| | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira |
| Café da manhã | Creme de Aveia com Chocolate FEITO COM LEITE SEM LACTOSE Maçã | Biscoito Salgado Integral LEITE SEM LACTOSE com Achocolatado Laranja | Pão Massinha com Mel LEITE SEM LACTOSE com Café | Cereal de Milho com LEITE SEM LACTOSE e Salada de Frutas (Maçã e Banana) | Pão Caseiro de Fubá (1) com MELADO OU MEL Vitamina de Banana FEITA COM LEITE SEM LACTOSE |
| Almoço | Carne ao Molho Arroz Polenta com Aveia e Orégano Feijão Preto Salada Abobrinha Salada de Beterraba Verduras da Horta | Ovos Cozidos ou Mexidos Arroz Molho de Tomate Caseiro Feijão Preto com Lentilha Salada de Cenoura Salada de Chuchu Verduras da Horta | Carne de Panela Arroz Feijão Preto Inhame Sauteé Salada de Pepino Salada de Tomate Verduras da Horta | Iscas Bovinas ao Molho Arroz Feijão Carioca Macarrão ao Alho e Óleo Salada de Brócolis Salada de Couve-flor Verduras da Horta | |
| Lanche da tarde | BISCOITO DOCE OU SALGADO INTEGRAL LEITE SEM LACTOSE com Achocolatado | Bolo de Chocolate LEITE SEM LACTOSE com Café | PÃO FATIADO COM DOCE CASEIRO DE BANANA LEITE SEM LACTOSE com Café | Biscoito Salgado LEITE SEM LACTOSE com Achocolatado | |

(1) Ver Receita. O pão deve ser feito no dia anterior

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA AGRÍCOLA
 Período: 29/04 a 24/05/2019

INTOLERÂNCIA À LACTOSE

16ª Semana (20/05 a 24/05)

| REFEIÇÃO | DIAS DA SEMANA | | | | |
|------------------------|--|--|--|--|--|
| | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira |
| Café da manhã | <u>ALIMENTO COM SOJA SABORES VARIADOS</u> com Granola e Maçã | Pão Fatiado com <u>MEL LEITE SEM LACTOSE</u> com Achocolatado | Pão Caseiro de Germe de trigo (1) com Doce Caseiro de Frutas (2) <u>LEITE SEM LACTOSE</u> com Achocolatado | Cuca de Banana <u>LEITE SEM LACTOSE</u> com Café | Pão Massinha com <u>MEL LEITE SEM LACTOSE</u> com Café |
| Almoço | Ovos cozidos ou mexidos Arroz com Açafrão Molho de Tomate Caseiro Feijão Preto Batata Sauteé Salada de Beterraba Salada de Cenoura Verduras da Horta | <u>CARNE AO MOLHO</u> Arroz Feijão Carioca Farofa Salada Repolho Roxo Salada de Chuchu Verduras da Horta | Carne de Panela Arroz Macarrão ao Alho e Óleo Feijão Preto Salada de Couve Manteiga Salada de Tomate Verduras da Horta | <u>CARNE DESFIADA ENSOPADA</u> Arroz Seleta de Legumes Feijão Carioca Salada de Couve-flor Salada de Beterraba Verduras da Horta | |
| Lanche da tarde | Biscoito Salgado <u>LEITE SEM LACTOSE</u> com Achocolatado | Bolo de Cenoura <u>LEITE SEM LACTOSE</u> com Café | Creme de Aveia com Chocolate <u>FEITO COM LEITE SEM LACTOSE</u> | <u>PÃO FATIADO COM MEL</u> Suco de Uva ou Suco Caseiro de Limão | |

(1) Ver Receita. O pão deve ser feito no dia anterior

(2) O doce deverá ser feito no dia anterior e armazenado na geladeira, conforme receituário.