

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA AGRÍCOLA

INTOLERÂNCIA À LACTOSE
1ª Semana (03/02 a 07/02/2020)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã			<u>ALIMENTO DE SOJA</u> <u>SABORES VARIADOS</u> Biscoito Salgado integral Melancia	Pão de beterraba com melado <u>BEBIDA DE SOJA</u> com Café Goiaba	Cuca de banana Suco de uva Maçã
Almoço			Guisado Arroz integral Macarrão integral alho e óleo Feijão Preto Abóbora Refogada Salada verde (alface, agrião e rúcula) <u>Verduras da Horta</u>	Iscas com inhame Arroz integral Feijão preto Acelga refogada Salada de couve-flor Salada de alface <u>Verduras da Horta</u>	
Lanche da tarde			Sagu com suco e uva Creme branco <u>COM</u> <u>BEBIDA DE SOJA</u> Banana	Torta salgada de legumes Suco de maracujá Laranja	

Nutricionistas:



Luciane Hirt Rosa CRN 10 2182



Lucimar Pereira Silva CRN 10 0448

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA AGRÍCOLA

INTOLERÂNCIA À LACTOSE
2ª Semana (10/02 a 14/02/2020)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Cereal de milho com <u>BEBIDA DE SOJA</u> Maçã	Pão caseiro de linhaça e germe de trigo(1) com mel Suco de uva Laranja	Bolo de cenoura (1) Suco de maçã Banana	Biscoito Salgado Integral Vitamina de banana, aveia e canela <u>COM</u> <u>BEBIDA DE SOJA</u> Pera	Bolo de laranja integral Suco de uva Banana
Almoço	<u>CARNE BOVINA</u> <u>REFOGADA</u> Arroz integral Batata dourada Feijão preto Salada de beterraba Salada de acelga Verduras da Horta	Omelete Arroz integral com açafrão Macarrão integral ao sugo Feijão preto Salada de chuchu Salada de cenoura Verduras da Horta	Carne moída à jardineira Arroz integral Farofa de cenoura e linhaça Feijão preto Salada de repolho verde e roxo Verduras da Horta	Guisado Arroz integral com brócolis Berinjela assada à milanesa Feijão preto Salada de Cenoura Salada de alface Verduras da Horta	
Lanche da tarde	Creme de aveia e canela <u>COM BEBIDA DE SOJA</u> Melancia	Sagu com suco de uva Creme branco <u>COM</u> <u>BEBIDA DE SOJA</u> Abacaxi	Pão de fubá com melado Suco de laranja Melancia	Creme de aveia e canela <u>COM BEBIDA</u> <u>DE SOJA</u> Salada de fruta (banana, abacaxi, melancia e manga) salpicada com granola	

(1) o bolo deverá ser feito no dia anterior, ver receituário

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA AGRÍCOLA

INTOLERÂNCIA À LACTOSE
3ª Semana (17/02 a 21/02/2020)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Biscoito Salgado Integral Vitamina de abacate COM BEBIDA DE SOJA Melão	Granola COM BEBIDA DE SOJA Mamão	Bolo nutritivo Suco de maracujá Banana	Cuca de abacaxi Suco de uva Manga	Pão caseiro integral com aveia com melado Suco de uva Banana
Almoço	Isclas bovinas ao molho Arroz integral Polenta com aveia Feijão preto Salada de acelga salada de beterraba Verduras da Horta	Omelete Arroz integral Feijão Preto Macarrão integral ao sugo Abóbora refogada Salada de pepino Verduras da Horta	Carne moída com couve-flor Arroz integral Farofa de couve Feijão preto Salada de beterraba Salada de couve Verduras da Horta	ISCAS BOVINAS REFOGADAS Arroz integral Batata sauté Feijão preto Salada de alface Salada de brócolis Verduras da Horta	
Lanche da tarde	Sagu com suco de uva Creme branco COM BEBIDA DE SOJA Manga	Torta integral de legumes Suco de uva Melancia	Biscoito Salgado integral Vitamina de maçã e aveia COM BEBIDA DE SOJA Pera	Creme de aveia com canela COM BEBIDA DE SOJA Salada de fruta (banana, laranja, melão e maçã) salpicado com granola	

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA AGRÍCOLA

INTOLERÂNCIA À LACTOSE

4ª Semana (24/02 a 28/02/2020)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã			Cereal de milho COM BEBIDA DE SOJA Maçã	Biscoito Salgado integral BEBIDA DE SOJA com Café Manga	Pão de fubá (caseiro) com melado Suco de maçã Banana
Almoço			Ovos cozidos Arroz integral Feijão preto Macarrão integral ao sugo Salada de pepino Salada de beterraba Verduras da Horta	Iscas aceboladas Arroz integral Feijão preto Acelga refogada Salada de cenoura Salada de chuchu Verduras da Horta	
Lanche da tarde			Bolo de cenoura Suco de laranja Melancia	Sagu de suco de uva Creme branco COM BEBIDA DE SOJA Melão	