

ZONA: Rural

FAIXA ETÁRIA: 5 a 10 anos

PERÍODO: PARCIAL

NECESSIDADES ESPECIAIS:

*SIM

Novembro

Semana 1	segunda-feira 03-11-25	terça-feira 04-11-25	quarta-feira 05-11-25	quinta-feira 06-11-25	sexta-feira 07-11-25
Café da Manhã 7:00-7:30	Pão caseiro com melado Leite integral com café descafeinado	Pão caseiro com manteiga Leite integral com café descafeinado	Pão caseiro com nata Leite integral com café descafeinado	Pão caseiro com melado e manteiga Leite integral com café descafeinado	Pão caseiro com nata Leite integral com café descafeinado
	Intolerâncias: Glúten: Pão sem glúten; Proteína do leite: Pão especial, chá e doce fruta ou melado; Lactose: Leite e margarina zero lactose; Fenilcetonúria: Pão especial com melado e café descafeinado; Diabéticos: pão integral com manteiga ou geleia zero açúcar + café descafeinado com leite + 2 gotas de adoçante.				
Lanche da Manhã 9:45h a 10h	Macarronada com carne moída + salada + fruta	Pão com carne moída + suco de fruta natural	Polenta com frango ao molho de tomate + salada + fruta	Galinhada + maionese de batata e cenoura + salada	Torrada com margarina, tomate e orégano + chá + salada de frutas
	Intolerâncias: Diabetes: Macarrão integral Glúten: macarrão de arroz / mandioca Ovos: macarrão sem ovos	Glúten: pão especial Diabéticos: pão integral + suco de 2 gotas de adoçante.	Sem restrição	Lactose: leite e margarina zero lactose	Glúten: pão sem gluten Diabético: pão integral Intolerância a lactose: margarina sem lactose

****Observar a aceitabilidade dos alunos**

Semana 2	segunda-feira 10-11-25	terça-feira 11-11-25	quarta-feira 12-11-25	quinta-feira 13-11-25	sexta-feira 14-11-25
Café da Manhã 7:00-7:30	Pão caseiro com melado Leite integral com café descafeinado	Pão caseiro com manteiga Leite integral com açúcar mascavo	Pão caseiro com manteiga Leite integral com açúcar mascavo	Pão caseiro com nata Leite integral com café descafeinado	FERIADO
	Intolerâncias				
	Glúten: Pão sem glúten Lactose: Leite e margarina zero lactose Diabéticos: pão integral com manteiga ou geleia zero açúcar+ café descafeinado com leite + 2 gotas de adoçante.				
Lanche da manhã 9:45h a 10h	Arroz, carne moída, refogado de legumes + salada	Sobrecoxa assada com batata doce + arroz + salada + fruta	Mandioca cozida + carne de porco assada + salada + fruta	Bolo caseiro com chá gelado + fruta	
	Intolerâncias				
	Sem restrição	Sem restrição	carne de porco: fazer outra tipo de carne disponível.	Lactose: bolo com água Proteína do leite: bolo com água Diabetes: bolo zero açúcar de farinha de arroz ou amido de milho + suco com 2 gotas de adoçante Glúten: bolo de farinha de arroz ou amido de milho	
**Observar a aceitabilidade dos alunos					

Semana 3	segunda-feira 17-11-25	terça-feira 18-11-25	quarta-feira 19-11-25	quinta-feira 20-11-25	sexta-feira 21-11-25
Café da Manhã 7:00-7:30	Pão caseiro com melado Leite integral com café descafeinado	Pão caseiro com manteiga Leite integral com café descafeinado	Pão caseiro com nata Leite integral com café descafeinado	FERIADO	Pão caseiro com nata Leite integral com café descafeinado
	Intolerâncias				
	Glúten: Pão sem glúten Lactose: Leite e margarina zero lactose Fenilcetonúria: Pão especial com melado e café descafeinado Diabéticos: pão integral com manteiga ou geleia zero açúcar + café descafeinado com leite + 2 gotas de adoçante.				OBS: mesmas orientações dos dias 17, 18 e 19.
	macarrão com carne moída + salada + fruta	Pão com melado + fruta + chá	Polenta com molho de carne de frango + salada + fruta		Torta salgada com recheio de carne moída + chá + fruta
Lanche da manhã 9:45-10:00	Intolerâncias				
	Diabetes: Macarrão integral Glúten: macarrão de arroz / mandioca Ovos: macarrão sem ovos	Glúten: Pão sem glúten Diabéticos: pão caseiro com manteiga ou geleia zero açúcar	Sem restrição		Lactose: torta sem leite Proteína do leite: torta sem leite Diabetes: chá com 2 gotas de adoçante Glúten: torta com farinha de arroz ou amido de milho Ovos: torta preparada sem ovos
	**Observar a aceitabilidade dos alunos				

Semana 4	segunda-feira 24-11-25	terça-feira 25-11-25	quarta-feira 26-11-25	quinta-feira 27-11-25	sexta-feira 28-11-25
Café da Manhã 7:00-7:30	Pão caseiro com melado Leite integral com café descafeinado	Pão caseiro com manteiga Leite integral com açúcar mascavo	Pão caseiro com nata Leite integral com café descafeinado	Pão caseiro com margarina Leite integral com açúcar mascavo	Pão caseiro com nata Leite integral com café descafeinado
	Intolerâncias Glúten: Pão sem glúten Lactose: Leite e margarina zero lactose Fenilcetonúria: Pão especial com melado e café descafeinado Diabéticos: pão integral com manteiga ou geleia zero açúcar + café descafeinado com leite + 2 gotas de adoçante.				
	Polenta com carne moída + salada + fruta	Pão caseiro com molho de carne moída + fruta	macarrão com molho de carne de frango + fruta	Arroz + carne de frango assada com batata + fruta	Bolo simples + chá + fruta
Lanche da manhã 9:45-10:00	Intolerâncias				
	Sem restrição	Glúten: Pão sem glúten Lactose: bolacha zero lactose Diabéticos: pão caseiro com manteiga ou geleia zero açúcar	Diabetes: Macarrão integral Glúten: macarrão de arroz / mandioca Ovos: macarrão sem ovos	Sem restrição	Lactose: bolo com água Proteína do leite: bolo com água Diabetes: bolo zero açúcar de farinha de arroz ou amido de milho + suco com 2 gotas de adoçante Glúten: bolo de farinha de arroz ou amido de milho Ovos: bolo sem ovos
	**Observar a aceitabilidade dos alunos				
Média semanal do cardápio	Calorias (kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Sódio (mg)
	572,67 Kcal	21 g	19 g	81 g	757,07 mg
Caroline Maliska Klauck (Nutricionista PNAE - CRN8/12586) Tatiana Ferrari Ghizoni (Nutricionista RT PNAE - CRN8/3180)					