

SMEd

Secretaria de Município
da Educação



Prefeitura Municipal
do RIO GRANDE



CARDÁPIO PATOLOGIAS – INTOLERANTES A LACTOSE E APLV (Alergia a Proteína do Leite de Vaca) ESCOLAS DE TURNO INTEGRAL E ESCOLAS DO CAMPO 70% NECESSIDADES NUTRICIONAIS DIÁRIAS

OBSERVAÇÃO:

SUBSTITUIR O AS PREPARAÇÕES COM LEITE DE VACA PELO LEITE SEM LACTOSE.

PARA OS INTOLERANTES A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA SUBSTITUIR POR LEITE DE SOJA OU ARROZ.

SUBSTITUIR OS BISCOITOS NORMAIS POR ESPECIAIS : SEM LACTOSE

ABRIL- 2025

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Desjejum - Leite - Biscoito doce Almoço - Macarrão c/molho - Feijão - Sal. Beterraba c/ovos picados - Laranja Lanche da tarde - Vitamina maçã - Biscoito salgado VCT: 1.140,6 kcal Prot.: 36,6 g Lip.: 31,5 g Carb.:184,6 g	Desjejum - Leite - Biscoito doce Almoço - Arroz - Feijão - Frango c/batatas - Sal tomate - Melão Lanche da tarde - Leite - Bolo branco VCT: 1.161,1 kcal Prot.: 37,6 g Lip.: 36,1 g Carb.:178,3 g	Desjejum - Leite - Biscoito doce Almoço - Arroz a Carreiroiro - Feijão - Maçã Lanche da tarde - Leite - Biscoito doce VCT: 1.131,2 kcal Prot.: 43,6 g Lip.: 35,6 g Carb.:163,8 g	Desjejum - Leite - Biscoito doce Almoço - Arroz - Feijão - Frango c/molho - Sal tomate/beterraba - Laranja Lanche da tarde - Mingau - Biscoitos salgado VCT: 1.170,9 kcal Prot.: 38,8 g Lip.: 30,8 g Carb.:184,0 g	Desjejum - Leite - Biscoito doce Almoço - Arroz - Feijão - Carne acebolada - Sal tomate Lanche da tarde - Suco - Pizza c/molho VCT: 1.116,9 kcal Prot.: 36,6 g Lip.: 31,2 g Carb.: 180,8 g
Desjejum - Leite - Biscoito doce Almoço - Arroz - Feijão - ovo cozido - Sal cenoura - Laranja Lanche da Tarde	Desjejum - Leite - Biscoito salgado Almoço - Macarrão c/carne - Feijão - Sal chuchu c/ovo picado - Maçã Lanche da tarde	Desjejum - Leite - Biscoito salgado com requeijão Almoço - Arroz c/galinha - Feijão - Banana Lanche tarde - Leite	Desjejum - Leite - Biscoito doce Almoço - Arroz - Feijão - Carne c/batatas - Sal tomate/beterraba - Laranja Lanche da tarde	Desjejum - Leite - Biscoito doce Almoço - Arroz - Feijão - Frango c/cenoura - Sal chuchu Lanche da tarde - Vitamina maçã

<ul style="list-style-type: none"> - Vitamina de banana - Biscoito salgado <p>VCT: 1.154,1 kcal Prot.: 39,5 g Lip.: 31,0 g Carb.:168,5 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Leite - Biscoito doce <p>VCT: 1.183,0 kcal Prot.: 43,3 g Lip.: 36,0 g Carb.:173,6 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Biscoito doce <p>VCT: 1.158,4 kcal Prot.: 44,1 g Lip.: 36,9 g Carb.: 168,4 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Leite - Pão caseiro <p>VCT: 1.167,1 kcal Prot.: 43,1 g Lip.: 32,3 g Carb.:178,2 g</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Biscoito salgado <p>VCT: 1.137,2 kcal Prot.: 36,7 g Lip.: 31,0 g Carb.: 182,5 g</p>
<p>Desjejum</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leite - Biscoito doce <p>Almoço</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz - Feijão - Sal batata/cenoura e ovo - Sal tomate - Laranja <p>Lanche da tarde</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vitamina banana - Biscoito salgado <p>VCT: 1141,0 kcal Prot.: 35,1 g Lip.: 32,8 g Carb.:174,5 g</p>	<p>Desjejum</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leite - Biscoito doce <p>Almoço</p> <ul style="list-style-type: none"> - Macarrão c/frango - Feijão - Sal chuchu c/ovos picados - Melão <p>Lanche tarde</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leite - Biscoito doce <p>VCT: 1.135,4 kcal Prot.: 42,0 g Lip.: 34,0 g Carb.: 160,1 g</p>	<p>Desjejum</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leite UHT - Biscoito salgado <p>Almoço</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz - Feijão - Carne c/cenoura - Sal beterraba - Banana <p>Lanche da tarde</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leite - Biscoito doce <p>VCT: 1.177,8 kcal Prot.: 40,2 g Lip.: 34,0 g Carb.: 182,5 g</p>	<p>Desjejum</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leite - Biscoito doce <p>Almoço</p> <ul style="list-style-type: none"> - Risoto de frango - Feijão - Sal cenoura/chuchu - Laranja <p>Lanche da tarde</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leite - Bolo branco <p>VCT: 1163,23 kcal Prot.: 41,7 g Lip.: 32,9 g Carb.:164,2 g</p>	<p>Desjejum</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leite - Biscoito doce <p>Almoço</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz à Carreteiro - Feijão - Sal. tomate - Melão <p>Lanche da tarde</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leite - Biscoito doce <p>VCT: 1.131,2 kcal Prot.: 43,6 g Lip.: 35,6 g Carb.:163,8 g</p>
<p>Desjejum</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leite - Biscoito doce <p>Almoço</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz - Feijão - Omelete de forno - Sal. tomate - Laranja <p>Lanche da tarde</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vitamina maçã - Biscoito salgado <p>VCT: 1.148,1 kcal Prot.: 35,8 g Lip.: 31,0 g Carb.:186,8 g</p>	<p>Desjejum</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leite - Biscoito salgado <p>Almoço</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz - Feijão - Frango xadrez - Sal beterraba e tomate - Banana <p>Lanche tarde</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leite - Biscoito doce <p>VCT: 1.168,5 kcal Prot.: 39,4 g Lip.: 33,4 g Carb.: 182,5 g</p>	<p>Desjejum</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leite - Biscoito salgado <p>Almoço</p> <ul style="list-style-type: none"> - Macarrão c/carne - Feijão - Sal chuchu c/ovo picado - Maçã <p>Lanche da tarde</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leite - Biscoito doce <p>VCT: 1.183,0 kcal Prot.: 43,3 g Lip.: 36,0 g Carb.:173,6 g</p>	<p>Desjejum</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leite - Biscoito salgado <p>Almoço</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz c/galinha - Feijão - Banana <p>Lanche tarde</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leite - Biscoito doce <p>VCT: 1.158,4 kcal Prot.: 44,1 g Lip.: 36,9 g Carb.: 168,4 g</p>	<p>Desjejum</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leite - Biscoito doce <p>Almoço</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz - Feijão - Carne c/batatas - Sal tomate/beterraba - Laranja <p>Lanche da tarde</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leite - Pão caseiro <p>VCT: 1.167,1 kcal Prot.: 43,1 g Lip.: 32,3 g Carb.:178,2 g</p>

OBSERVAÇÕES:

Os cardápios devem ser impressos e fixados na área de preparo de alimentos.

Salientamos que as preparações descritas no cardápio devem ser executadas pela escola, pois são calculadas conforme as necessidades nutricionais dos alunos. Em caso de substituição, esta deverá ser feita por outra semelhante descrita em outro dia.

*** Esse cardápio tem validade até a chegada do roteiro de Maio.**

* Receitas através de Fichas Técnicas de Preparação no site da SMed – Núcleo de Alimentação Escolar.

Equipe Técnica de Alimentação Escolar

Suelen Dias
Nutricionista Responsável Técnica