

# SMEd

Secretaria de Município  
da Educação



## CARDÁPIO PATOLOGIAS – CELÍACOS (Intolerantes ao Glúten) ESCOLAS DE TURNO INTEGRAL E ESCOLAS DO CAMPO

70% NECESSIDADES NUTRICIONAIS DIÁRIAS

OBSERVAÇÃO:

NÃO OFERECER PREPARAÇÕES COM FARINHA DE TRIGO.

SUBSTITUIR O MACARRÃO POR ARROZ

SUBSTITUIR OS BISCOITOS NORMAIS POR BISCOITOS ESPECIAIS : SEM GLÚTEN

**JUNHO/JULHO 2026**

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>Desjejum</b> - Leite - Bisc salgado s/glúten <b>Almoço</b> - Arroz - Feijão - Sal. batata/cenoura/ ovo - Laranja <b>Lanche da tarde</b> - Vitamina maçã - Bisc salgado s/glúten  <i>VCT: 1.121,6 kcal</i> <i>Prot.: 35,6 g</i> <i>Lip.: 31,2 g</i> <i>Carb.:180,4 g</i>	<b>Desjejum</b> - Leite - Bisc doce s/glúten <b>Almoço</b> - Arroz - Feijão - Carne c/abóbora - Sal alface/tomate - Bergamota <b>Lanche da tarde</b> - Leite - Pão de aveia c/requeijão  <i>VCT: 1.164,2 kcal</i> <i>Prot.: 43,3 g</i> <i>Lip.: 32,6 g</i> <i>Carb.:172,5 g</i>	<b>Desjejum</b> - Leite - Bisc salgado s/glúten c/doce <b>Almoço</b> - Arroz c/frango - Feijão - Couve refogada - Banana <b>Lanche da tarde</b> - Leite - Bisc doce s/glúten  <i>VCT: 1.125,0 kcal</i> <i>Prot.: 43,0 g</i> <i>Lip.: 36,4 g</i> <i>Carb.:161,9 g</i>	<b>Desjejum</b> - Leite caramelizado - Bisc salgado s/glúten <b>Almoço</b> - Arroz c/carne - Feijão - Sal chuchu - Maçã <b>Lanche da tarde</b> - Leite - Bolo banana c/aveia  <i>VCT: 1.180,2 kcal</i> <i>Prot.: 42,1 g</i> <i>Lip.: 31,1 g</i> <i>Carb.:168,4 g</i>	<b>Desjejum</b> - Leite c/cacau - Bisc salgado s/glúten <b>Almoço</b> - Arroz - Feijão - Frango c/cenoura - Sal tomate - Manga <b>Lanche da tarde</b> - Vitamina banana - Bisc salgado sem glúten  <i>VCT: 1.1149,9 kcal</i> <i>Prot.: 39,2 g</i> <i>Lip.: 32,0 g</i> <i>Carb.: 167,5 g</i>
<b>Desjejum</b> - Leite - Bisc salgado s/glúten <b>Almoço</b> - Arroz c/couve - Feijão - ovo cozido - Sal tomate - Laranja <b>Lanche da Tarde</b> - Leite - Bisc doce s/glúten	<b>Desjejum</b> - Leite - Bisc doce s/glúten <b>Almoço</b> - Arroz c/frango - Feijão - Sal repolho - Batata doce assada <b>Lanche da tarde</b> - Leite - Bisc doce s/glúten	<b>Desjejum</b> - Leite - Bisc doce s/glúten <b>Almoço</b> - Sopão de legumes c/carne s/macarrão - Maçã <b>Lanche da tarde</b> - Mingau de aveia  <i>VCT: 1.127,4 Cal</i> <i>Prot: 45,8 g</i>	<b>Desjejum</b> - Leite caramelizado - Bisc salgado s/glúten <b>Almoço</b> - Arroz - Feijão - Frango c/batatas - Sal brócolis - Bergamota <b>Lanche da tarde</b> - Leite	<b>Desjejum</b> - Leite c/cacau - Bisc salgado s/glúten <b>Almoço</b> - Arroz à carreteiro - Feijão - Sal beterraba - Manga <b>Lanche da tarde</b> - Vitamina banana - Bisc salgado s/glúten

<p><b>VCT: 1.160,0 kcal</b>  <b>Prot.: 43,1 g</b>  <b>Lip.: 37,9 g</b>  <b>Carb.:163,5 g</b></p>	<p><b>VCT: 1.114,3 kcal</b>  <b>Prot.: 41,4 g</b>  <b>Lip.: 33,4 g</b>  <b>Carb.:170,2 g</b></p>	<p><b>Lip: 33,9 g</b>  <b>Carb: 163,1 g</b></p>	<p>- Pão de aveia c/doce</p> <p><b>VCT: 1.121,3 Cal</b>  <b>Prot: 40,1 g</b>  <b>Lip: 32,0 g</b>  <b>Carb: 171,4 g</b></p>	<p><b>VCT: 1.136,3 kcal</b>  <b>Prot.: 43,4 g</b>  <b>Lip.: 32,4 g</b>  <b>Carb.: 165,1 g</b></p>
<p><b>Desjejum</b>  - Leite  - Bisc doce s/glúten</p> <p><b>Almoço</b>  - Arroz  - Feijão  - Omelete  - Sal couve-flor  - Sal tomate  - Laranja</p> <p><b>Lanche da tarde</b>  - Suco  - Pão de aveia c/molho tomate</p> <p><b>VCT: 1123,8 kcal</b>  <b>Prot.: 38,0 g</b>  <b>Lip.: 31,6 g</b>  <b>Carb.:184,8 g</b></p>	<p><b>Desjejum</b>  - Leite  - Bisc salgado s/glúten c/doce</p> <p><b>Almoço</b>  - Arroz c/frango  - Feijão  - Couve refogada  - Banana</p> <p><b>Lanche da tarde</b>  - Leite  - Bisc doce s/glúten</p> <p><b>VCT: 1.125,0 kcal</b>  <b>Prot.: 43,0 g</b>  <b>Lip.: 36,4 g</b>  <b>Carb.:161,9 g</b></p>	<p><b>Desjejum</b>  - Leite  - Bisc doce s/glúten</p> <p><b>Almoço</b>  - Arroz  - Feijão  - Jardineira de legumes  - Sal tomate  - Maçã</p> <p><b>Lanche da tarde</b>  - Arroz doce  - Bisc salgado s/glúten</p> <p><b>VCT: 1.151,7 kcal</b>  <b>Prot.: 37,6 g</b>  <b>Lip.: 31,2 g</b>  <b>Carb.:185,3 g</b></p>	<p><b>Desjejum</b>  - Vitamina banana  - Bisc salgado s/glúten</p> <p><b>Almoço</b>  - Arroz  - Feijão  - Frango c/batatas  - Sal cenoura/repolho  - Bergamota</p> <p><b>Lanche da tarde</b>  - Leite  - Bisc doce s/glúten</p> <p><b>VCT: 1177,2 kcal</b>  <b>Prot.: 38,9 g</b>  <b>Lip.: 32,2 g</b>  <b>Carb.:179,4 g</b></p>	<p><b>Desjejum</b>  - Leite caramelizado  - Bisc salgado s/glúten</p> <p><b>Almoço</b>  - Arroz c/couve  - Feijão  - Carne c/molho  - Abóbora refogada  - Banana</p> <p><b>Lanche da tarde</b>  - Leite  - Bolo de aveia c/chocolate (cacau)</p> <p><b>VCT: 1.159,7 kcal</b>  <b>Prot.: 42,2 g</b>  <b>Lip.: 38,3 g</b>  <b>Carb.:164,3 g</b></p>
<p><b>Desjejum</b>  - Leite  - Bisc salgado s/glúten</p> <p><b>Almoço</b>  - Arroz  - Feijão  - Sal. batata/cenoura/ovo  - Laranja</p> <p><b>Lanche da tarde</b>  - Vitamina maçã  - Bisc salgado s/glúten</p> <p><b>VCT: 1.121,6 kcal</b>  <b>Prot.: 35,6 g</b>  <b>Lip.: 31,2 g</b>  <b>Carb.:180,4 g</b></p>	<p><b>Desjejum</b>  - Leite c/cacau  - Bisc salgado s/glúten</p> <p><b>Almoço</b>  - Arroz à carreteiro  - Feijão  - Sal beterraba  - Manga</p> <p><b>Lanche da tarde</b>  - Vitamina banana  - Bisc salgado s/glúten</p> <p><b>VCT: 1.136,3 kcal</b>  <b>Prot.: 43,4 g</b>  <b>Lip.: 32,4 g</b>  <b>Carb.: 165,1 g</b></p>	<p><b>Desjejum</b>  - Leite  - Bisc doce s/glúten</p> <p><b>Almoço</b>  - Arroz c/frango  - Feijão  - Sal repolho  - Batata doce assada</p> <p><b>Lanche da tarde</b>  - Leite  - Bisc doce s/glúten</p> <p><b>VCT: 1.114,3 kcal</b>  <b>Prot.: 41,4 g</b>  <b>Lip.: 33,4 g</b>  <b>Carb.:170,2 g</b></p>	<p><b>Desjejum</b>  - Leite  - Bisc doce s/glúten</p> <p><b>Almoço</b>  - Arroz  - Feijão  - Carne c/molho  - Aipim cozido  - Sal repolho</p> <p><b>Lanche da tarde</b>  - Suco  - Torta biscoito salgado s/ gluten e frango</p> <p><b>VCT: 1.175,3 Cal</b>  <b>Prot: 33,2 g</b>  <b>Lip: 32,9 g</b>  <b>Carb: 183,3 g</b></p>	<p><b>Desjejum</b>  - Leite c/cacau  - Bisc salgado s/glúten</p> <p><b>Almoço</b>  - Sopão de legumes c/frango s/macarrão  - Maçã</p> <p><b>Lanche da tarde</b>  - Leite  - Bolo de aveia c/maçã</p> <p><b>VCT: 1.180,1 kcal</b>  <b>Prot.: 42,2 g</b>  <b>Lip.: 34,6 g</b>  <b>Carb.:159,2 g</b></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 Agosto.**

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

\* **Agricultura Familiar:** Caso os agricultores não consigam entregar algum item e esse esteja presente no cardápio enviado pelo NAE, orientamos que utilizem preparações de um outro dia com as hortaliças que possuem na escola. Não esquecendo de substituir o cardápio completo.

**Equipe Técnica de Alimentação Escolar**

**Suelen Dias**  
**Nutricionista Responsável Técnica**