

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO PAULO DAS MISSÕES
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA, LAZER E DESPORTO
CARDÁPIO ESPECIAL: INTOLERANCIA À LACTOSE

24/02/2025	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-Feira
Colação 08:15	Fruta Pão integral com chimia caseira	Fruta Omelete Pão cachorro quente	Fruta Pão de sanduíche com melado	Fruta Pão de leite com ovos mexidos	Fruta Pão integral com chimia caseira
Almoço 10:30	Salada chuchu e cenoura Arroz Lentilha colorida	Salada couve-flor e brócolis Galinhada Feijão	Salada alface e cenoura Arroz Feijão carioca Carne suína	Salada beterraba cozida e couve-flor Massa com molho Feijão	Salada vagem, brócolis Arroz Feijão Filé de tilápia, (iscas com farinha de milho)
Lanche 14:00	Fórmula infantil ou fruta + bolacha sem lactose	Fórmula infantil ou fruta + Bolo de caneca aveia e banana	Fórmula infantil ou fruta + bolacha doce sem lactose	Fórmula infantil ou fruta + biscoito de batata doce	Fórmula infantil ou fruta + bolo de caneca s/ lactose sabor chocolate
Lanche/jantar 16:00	Bolo de caneca s/ lactose sabor cenoura + fruta	Pão enrolado no ovo + fruta	Rosquinha s/ovo, s/leite + logurte zero lactose +Fruta	Sanduíche com patê de frango caseiro + fruta	Pastel + fruta

Frutas da semana: mamão, maçã, banana, melancia e manga

03/03/2025			Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-Feira
Colação 08:10			Fruta Sanduichinho (pão fatiado, chimia caseira)	Fruta Pão de leite e omelete	Fruta Pão integral com chimia caseira
Almoço 10:30	Ponto facultativo	Carnaval	Salada brócolis e beterraba cozida Massa com molho de frango Feijão	Salada (alface, couve flor e cenoura) Carreteiro Feijão carioca	Salada refogado de batata, chuchu e cenoura Arroz Feijão Carne moída sequinha
Lanche 14:00			Fórmula infantil ou fruta + Biscoito de batata doce	Fórmula infantil ou fruta + Gelatina vegano	Fórmula infantil ou fruta + bolacha sem lactose
Lanche/jantar 16:30			Pizza caseira (massa batata inglesa, recheio molho vermelho, orégano presunto) + fruta	Tapioca com recheio de frango + fruta	Pão enrolado no ovo + fruta

Frutas da semana: Banana, laranja, maçã e mamão

Cardápio rotativo que pode sofrer alterações conforme disponibilidade dos gêneros alimentícios. Tem como prioridade usar frutas e verduras da época.

As consistências das preparações seguirão conforme evolução da mastigação.

Responsável Técnico: Vandrieli Vargas, Nutricionista, CRN 8824D

Vandrieli Vargas
CRN 8824
Nutricionista

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO PAULO DAS MISSÕES
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA, LAZER E DESPORTO
CARDÁPIO ESPECIAL: INTOLERANCIA À LACTOSE

10/03/2025	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-Feira
Colação 08:10	Fruta Pão fatiado	Fruta Pão de leite com ovos mexidos	Fruta Pão integral com chimia caseira	Fruta Pão integral e omelete	Fruta Pão integral com chimia caseira
Almoço 10:30	Salada cenoura e brócolis Polenta com molho de carne Feijão	Salada couve-flor e beterraba Galinhada Purê de batata	Salada alface e cenoura Massa Feijão Carne moída	Salada pepino e tomate Arroz Lentilha colorida Frango assado	Salada vagem, cenoura Arroz Feijão carioca Carne de panela
Lanche 14:00	Fórmula infantil ou fruta + bolacha sem lactose	Fórmula infantil ou fruta + Biscoito de batata doce	Fórmula infantil ou fruta + Pão torrado	Fórmula infantil ou fruta + bolacha sem lactose	Fórmula infantil ou fruta + biscoito de batata doce
Lanche/jantar 16:30	Sanduíche com patê de frango caseiro + fruta	Sagu + bolacha sem lactose	Iogurte vegano + Fruta	Bolo de caneca + fruta	Pão de cachorro quente com molho de carne

Frutas da semana: melão, abacaxi, mamão, banana, maçã

17/03/2025	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-Feira
Colação 08:10	Fruta Pão de leite e ovos mexidos	Fruta Pão integral com melado	Fruta Bolacha sem lactose	Fruta Pão fatiado torrãozinho	Fruta Pão integral com chimia caseira
Almoço 10:30	Salada chuchu e cenoura Carreteiro Feijão carioca	Salada beterraba e brócolis Arroz + Feijão Carne suína Mandioca	Salada alface e cenoura Arroz Feijão carioca Carne de panela	Salada vagem e cenoura Arroz + Feijão Guisadinho de batata com carne	Salada mista Arroz Feijão Panqueca Ovos cozidos
Lanche 14:00	Fórmula infantil ou fruta + biscoito de batata doce	Fórmula infantil ou fruta + Gelatina vegano	Fórmula infantil ou fruta + pão enrolado no ovo	Fórmula infantil ou fruta + Biscoito de batata doce	Fórmula infantil ou fruta + sagu
Lanche/jantar 16:30	Pizza caseira (massa batata inglesa, recheio molho vermelho, orégano presunto) + fruta	Polenta com molho Fruta	Pastel e fruta	Bolo de caneca + fruta	Pão fatiado e omelete

Frutas da semana: laranja, melancia, banana, maçã, mamão

Cardápio rotativo que pode sofrer alterações conforme disponibilidade dos gêneros alimentícios. Tem como prioridade usar frutas e verduras da época.

As consistências das preparações seguirão conforme evolução da mastigação.

Responsável Técnico: Vandrieli Vargas, Nutricionista, CRN 8824D

Vandrieli Vargas
CRN 8824
Nutricionista

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO PAULO DAS MISSÕES
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA, LAZER E DESPORTO
CARDÁPIO ESPECIAL: INTOLERANCIA À LACTOSE

24/03/2025	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-Feira
Colação 08:10	Fruta Pão integral com chimia caseira	Fruta Omelete Pão cachorro quente	Fruta Pão fatiado	Fruta Pão de leite com ovos mexidos	Fruta Pão integral com chimia caseira
Almoço 10:30	Salada chuchu e cenoura Arroz Lentilha colorida	Salada couve-flor e brócolis Galinhada Feijão	Salada alface e cenoura Arroz Feijão carioca Carne suína	Salada beterraba cozida e couve-flor Massa com molho Feijão	Salada vagem, brócolis Arroz Feijão Filé de tilápia, (iscas com farinha de milho)
Lanche 14:00	Fórmula infantil ou fruta + biscoito de batata doce	Fórmula infantil ou fruta + Pão torradinho	Fórmula infantil ou fruta + bolacha doce sem lactose	Fórmula infantil ou fruta + biscoito de batata doce	Fórmula infantil ou fruta + bolo de caneca
Lanche/jantar 16:30	Bolo de caneca s/ lactose sabor cenoura + fruta	Pão enrolado no ovo + fruta	Rosquinha s/ovo, s/leite + logurte vegano +Fruta	Tapioca + fruta	Sanduíche com patê de frango caseiro + fruta

Frutas da semana: manga, banana, maçã, mamão, abacaxi

31/03/2025 01/04/2025	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-Feira
Colação 08:10	Fruta Pão de leite Ovos mexidos	Fruta Pão fatiado com melado	Fruta Sanduichinho doce	Fruta Pão de leite com omelete	Fruta Pão integral com chimia caseira
Almoço 10:30	Salada chuchu e cenoura Carreteiro Feijão carioca	Salada pepino e tomate Arroz Feijão Carne moída	Salada brócolis e beterraba cozida Massa com molho de frango Feijão	Salada (alface, couve-flor e cenoura) Arroz + Feijão Carne suína	Salada mista Arroz Feijão Guisadinho de batata com carne
Lanche 14:00	Fórmula infantil ou fruta + pão enrolado no ovo	Fórmula infantil ou fruta + Bolacha sem lactose	Fórmula infantil ou fruta + Pão fatiado	Fórmula infantil ou fruta + Bolacha sem lactose	Fórmula infantil ou fruta + pão de leite
Lanche/jantar 16:30	Pizza caseira (massa batata inglesa, recheio molho vermelho, orégano presunto) + fruta	Bolo de caneca + fruta	Polenta com molho + fruta	Pastel + fruta	Rosquinha s/ovo, s/leite + logurte zero lactose +Fruta

Frutas da semana: laranja, banana, maçã, mamão, melancia

Cardápio rotativo que pode sofrer alterações conforme disponibilidade dos gêneros alimentícios. Tem como prioridade usar frutas e verduras da época.

As consistências das preparações seguirão conforme evolução da mastigação.

Responsável Técnico: Vandrieli Vargas, Nutricionista, CRN 8824D

Vandrieli Vargas
CRN 8824
Nutricionista