

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

05/05/2025			Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-Feira
Colação 08:10	Fruta Pão de leite		Fruta Pão torradinho	Fruta Sanduíche doce	Fruta Pão de leite c/ ovo mexido
Almoço 10:30	Salada mista Polenta com molho de carne Feijão	FERIADO	Salada alface e chuchu Arroz Feijão carioca Carne de panela	Salada pepino e tomate Arroz Lentilha colorida Frango assado	Salada vagem e cenoura Massa Feijão Carne moída
Lanche 14:00	Fórmula infantil ou fruta + biscoito de batata doce		Fórmula infantil ou fruta + rosquinha com leite zero lactose	Fórmula infantil ou fruta + bolacha sem lactose	Fórmula infantil ou fruta + biscoito de batata doce
Lanche/jantar 16:30	Sanduíche natural de frango + fruta		Sopa creme de ervilha + milho verde	Bolo de caneca s/ lactose e Todinho caseiro com leite zero lactose + fruta	Pão de cachorro quente com molho de carne + fruta

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

12/05/2025	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-Feira
Colação 08:10	Fruta Pão torradinho	Fruta Pão integral com melado	Fruta Bolacha doce sem lactose	Fruta Pão de leite Ovos mexidos	Fruta Sanduíche
Almoço 10:30	Salada chuchu e cenoura cozida Carreteiro Feijão carioca	Salada beterraba cozida e brócolis Arroz + Feijão Filé de tilápia	Salada alface e couve flor Arroz Feijão Carne de panela	Salada vagem, brócolis Massa caseira Feijão Milho verde	Salada mista Galinhada Feijão
Lanche 14:00	Fórmula infantil ou fruta + Rosquinha com leite zero lactose	Fórmula infantil ou fruta + biscoito de batata doce	Fórmula infantil ou fruta + bolacha sem lactose	Fórmula infantil ou fruta Chips de batata	Fórmula infantil ou fruta + bolacha sem lactose
Lanche/jantar 16:30	Sopa creme ervilha + fruta	Polenta com molho + fruta	Bolo de caneca sem lactose + fruta	Torradinha (pão, ovo, orégano) + fruta	Sopa creme de frango com legumes e arroz

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

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

19/05/2025	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-Feira
Colação 08:10	Pão integral com chimia caseira	Fruta Pão de leite com ovos mexidos	Fruta Crepioça	Fruta Torradinha (pão, margarina, presunto)	Fruta Pão de cachorro quente
Almoço 10:30	Salada mista Lentilha colorida Arroz	Salada beterraba cozida e vagem Arroz + Feijão Guisadinho de batata com carne	Salada alface e cenoura Arroz + Feijão carioca Carne suína Moranga	Salada legumes cozidos Massa Feijão Carne moída	Salada couve-flor e brócolis Galinhada Feijão
Lanche 14:00	Fórmula infantil ou fruta + pão torradinho	Fórmula infantil ou fruta + bolacha doce sem lactose	Fórmula infantil ou fruta + bolacha sem lactose	Fórmula infantil ou fruta Biscoito de batata doce	Fórmula infantil ou fruta + rosquinha com leite zero lactose
Lanche/jantar 16:30	Fruta + Pastel	Fruta + sopa caldo de frango e legumes	Cachorro quente com molho de carne + fruta	Fruta + bolo de caneca sem lactose	Tapioca + fruta

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

26/05/2025	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-Feira
Colação 08:10	Fruta Sanduíche doce	Fruta Pão integral com chimia caseira	Fruta Pão enrolado no ovo	Fruta Pão de leite	Fruta Bolacha sem lactose
Almoço 10:30	Salada brócolis e beterraba cozida Massa caseira com molho de frango + feijão	Salada mista Carreteiro Feijão	Salada pepino e tomate Arroz Feijão carioca Carne moída	Salada couve-flor e brócolis Arroz + Feijão Carne suína	Salada chuchu e cenoura Arroz Feijão Filé de tilápia
Lanche 14:00	Fórmula infantil ou fruta + pão torradinho	Fórmula infantil ou fruta + pão de leite	Fórmula infantil ou fruta + bolacha sem lactose	Fórmula infantil ou fruta Biscoito de batata doce	Fórmula infantil ou fruta + crepioca
Lanche/jantar 16:30	Polenta molho + fruta	Rosquinha com leite zero lactose + Fruta Milho verde cozido	Fruta + bolo de caneca sem lactose	Pizza caseira sem queijo + fruta	Sopa creme de legumes e pão torrado

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

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