

**PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA  
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO  
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

**CARDÁPIO ADAPTADO PARA HIPERTRIGLICERIDEMIA E HIPERCOLESTEROLEMIA – PRÉ-ESCOLA E ENSINO**

**FUNDAMENTAL – 03/2019**

**SEMANA 1**

	29/07/19	30/07/19	31/07/19	1º/08/19	02/08/19
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>LANCHE M/T</b>	Sanduíche: Pão francês <b>QUEIJO</b>  Chá mate	<b>BOLACHA SALGADA</b>  Café com <b>LEITE DE SOJA</b> ou <b>LEITE DE SOJA</b> puro Banana <i>(Adicionar 1 colher sobremesa de aveia em flocos. Cortar a banana em fatias)</i>	<u>Sopa de feijão</u> com: macarrão, cenoura e chuchu  Morgote	<b>BOLACHA SALGADA</b>  Café com <b>LEITE DE SOJA</b> ou <b>LEITE DE SOJA</b> puro  Maçã	Carne moída ( <b>sem molho</b> ) Mandioca cozida Alface Tomate

**SEMANA 2**

	05/08/19	06/08/19	07/08/19	08/08/19	09/08/19
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>LANCHE M/T</b>	Pão com doce de fruta ou leite  Café com <b>LEITE DE SOJA</b> ou <b>LEITE DE SOJA</b> puro	<u>Sopa de frango</u> com: arroz, batata, cenoura e brócolis <i>(Adicionar 1 colher sobremesa de aveia em flocos)</i>  Laranja	<b>BOLACHA SALGADA</b>  Chá mate  Banana	Picadinho carne <b>REFOGADO (sem molho)</b> Arroz/Lentilha Beterraba cozida Chicória	<b>BOLACHA SALGADA</b>  Café com <b>LEITE DE SOJA</b> ou <b>LEITE DE SOJA</b> puro  Maçã

**Observação:** Os cardápios adaptados são elaborados conforme as patologias e as recomendações mencionadas nos atestados médicos recebidos.

LARISSA S. VOLTOLINI  
NUTRICIONISTA  
CRN8-946

**PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA  
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO  
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

**CARDÁPIO ADAPTADO PARA HIPERTRIGLICERIDEMIA E HIPERCOLESTEROLEMIA – PRÉ-ESCOLA E ENSINO**

**FUNDAMENTAL – 02/2019**

**SEMANA 3**

	12/08/19	13/08/19	14/08/18	15/08/19	16/08/19
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>LANCHE M/T</b>	Pão com carne moída (sem molho)  Chá mate	<b>BOLACHA SALGADA</b>  Café com <b>LEITE DE SOJA</b> <u>ou</u> <b>LEITE DE SOJA</b> puro  Maçã	<u>Sopa de feijão</u> com: macarrão, cenoura e chuchu  Laranja	<b>BOLACHA SALGADA</b>  Café com <b>LEITE DE SOJA</b> <u>ou</u> <b>LEITE DE SOJA</b> puro  Banana (Adicionar 1 colher sobremesa de aveia em flocos. Cortar a banana em fatias)	<b>FERIADO</b>

**SEMANA 4**

	19/08/19	20/08/19	21/08/19	22/08/19	23/08/19
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>LANCHE M/T</b>	Pão com doce de fruta <u>ou</u> leite  Café com <b>LEITE DE SOJA</b> <u>ou</u> <b>LEITE DE SOJA</b> puro	Macarrão com molho de carne moída ( <b>pouco molho</b> ) Repolho Tomate  Laranja	<b>BOLACHA SALGADA</b>  Chá mate  Banana (Adicionar 1 colher sobremesa de aveia em flocos. Cortar a banana em fatias)	Picadinho carne <b>REFOGADO (sem molho)</b> Arroz/Lentilha Beterraba cozida Alface	<b>BOLACHA SALGADA</b>  Café com <b>LEITE DE SOJA</b> <u>ou</u> <b>LEITE DE SOJA</b> puro  Maçã

LARISSA S. VOLTOLINI  
NUTRICIONISTA  
CRN8-946

**PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA  
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO  
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

**CARDÁPIO ADAPTADO PARA HIPERTRIGLICERIDEMIA E HIPERCOLESTEROLEMIA – PRÉ-ESCOLA E ENSINO**

**FUNDAMENTAL – 02/2019**

**SEMANA 5**

	26/08/19	27/08/19	28/08/19	29/08/19	30/08/19
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>LANCHE M/T</b>	Sanduíche: Pão francês <b>QUEIJO</b>  Chá mate	<b>BOLACHA SALGADA</b>  Café com <b>LEITE DE SOJA</b> <u>ou</u> <b>LEITE DE SOJA</b> puro  Maçã	Frango ( <b>sem molho</b> ) Polenta Alface Tomate  Laranja	<b>BOLACHA SALGADA</b>  Café com <b>LEITE DE SOJA</b> <u>ou</u> <b>LEITE DE SOJA</b> puro  Banana <i>(Adicionar 1 colher sobremesa de aveia em flocos. Cortar a banana em fatias)</i>	Picadinho carne <b>REFOGADO (sem molho)</b> Arroz/Feijão Chuchu cozido Tomate

**SEMANA 6**

	02/09/19	03/09/19	04/09/19	05/09/19	06/09/19
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>LANCHE M/T</b>	Pão com doce de fruta <u>ou</u> leite  Café com <b>LEITE DE SOJA</b> <u>ou</u> <b>LEITE DE SOJA</b> puro	Risoto de frango Repolho Tomate  Laranja	<b>BOLACHA SALGADA</b>  Chá mate  Banana <i>(Adicionar 1 colher sobremesa de aveia em flocos. Cortar a banana em fatias)</i>	Picadinho carne <b>REFOGADO (sem molho)</b> Arroz/Lentilha Cenoura cozida Chicória	<b>BOLACHA SALGADA</b>  Café com <b>LEITE DE SOJA</b> <u>ou</u> <b>LEITE DE SOJA</b> puro  Maçã

LARISSA S. VOLTOLINI  
NUTRICIONISTA  
CRN8-946

**PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA  
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO  
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

**CARDÁPIO ADAPTADO PARA HIPERTRIGLICERIDEMIA E HIPERCOLESTEROLEMIA – PRÉ-ESCOLA E ENSINO**

**FUNDAMENTAL – 02/2019**

**SEMANA 7**

	09/09/19	10/09/19	11/09/19	12/09/19	13/09/19
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>LANCHE M/T</b>	Sanduíche: Pão francês <b>QUEIJO</b>  Chá mate	<b>BOLACHA SALGADA</b>  Café com <b>LEITE DE SOJA</b> ou <b>LEITE DE SOJA</b> puro  Banana <i>(Adicionar 1 colher sobremesa de aveia em flocos. Cortar a banana em fatias)</i>	Picadinho carne <b>REFOGADO (sem molho)</b> Arroz/Feijão Alface Tomate	<b>BOLACHA SALGADA</b>  Café com <b>LEITE DE SOJA</b> ou <b>LEITE DE SOJA</b> puro  Maçã	Frango ( <b>sem molho</b> ) Polenta Beterraba cozida Repolho  Laranja

**SEMANA 8**

	16/09/19	17/09/19	18/09/19	19/09/19	20/09/19
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>LANCHE M/T</b>	Pão com doce de fruta <u>ou</u> leite  Café com <b>LEITE DE SOJA</b> ou <b>LEITE DE SOJA</b> puro	Macarrão com molho de carne moída ( <b>pouco molho</b> ) Brócolis cozido Tomate  Laranja	<b>BOLACHA SALGADA</b>  Chá mate  Banana <i>(Adicionar 1 colher sobremesa de aveia em flocos. Cortar a banana em fatias)</i>	Picadinho carne <b>REFOGADO (sem molho)</b> Arroz/Lentilha Cenoura cozida Alface	<b>BOLACHA SALGADA</b>  Café com <b>LEITE DE SOJA</b> ou <b>LEITE DE SOJA</b> puro  Maçã

LARISSA S. VOLTOLINI  
NUTRICIONISTA  
CRN8-946

**PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA  
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO  
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

**CARDÁPIO ADAPTADO PARA HIPERTRIGLICERIDEMIA E HIPERCOLESTEROLEMIA – PRÉ-ESCOLA E ENSINO**

**FUNDAMENTAL – 02/2019**

**SEMANA 9**

	23/09/19	24/09/19	25/09/19	26/09/19	27/09/19
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>LANCHE M/T</b>	Pão com carne moída (sem molho)  Chá mate	<b>BOLACHA SALGADA</b>  Café com <b>LEITE DE SOJA</b> ou <b>LEITE DE SOJA</b> puro  Maçã	Picadinho carne <b>REFOGADO (sem molho)</b> Arroz/Feijão Chuchu cozido Tomate	<b>BOLACHA SALGADA</b>  Café com <b>LEITE DE SOJA</b> ou <b>LEITE DE SOJA</b> puro  Banana (Adicionar 1 colher sobremesa de aveia em flocos. Cortar a banana em fatias)	Farofa com carne moída Arroz Alface Tomate  Laranja

**SEMANA 10**

	30/09/19	1º/10/19	02/10/19	03/10/19	04/10/19
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>LANCHE M/T</b>	Pão com doce de fruta ou leite  Café com <b>LEITE DE SOJA</b> ou <b>LEITE DE SOJA</b> puro	Risoto de frango Beterraba cozida Repolho  Laranja	<b>BOLACHA SALGADA</b>  Chá mate  Banana (Adicionar 1 colher sobremesa de aveia em flocos. Cortar a banana em fatias)	Picadinho carne <b>REFOGADO (sem molho)</b> Arroz/Lentilha Alface Tomate	<b>BOLACHA SALGADA</b>  Café com <b>LEITE DE SOJA</b> ou <b>LEITE DE SOJA</b> puro  Maçã

LARISSA S. VOLTOLINI  
NUTRICIONISTA  
CRN8-946