

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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA DIETA DE COLESTEROL ELEVADO – PRÉ-ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL – ESCOLAS – 04/2019

<u>SEMANA 1</u>	07/10/19	08/10/19	09/10/19	10/10/19	11/10/19
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Sanduíche: Pão francês QUEIJO Café com LEITE DE SOJA ou LEITE DE SOJA PURO ou CHÁ MATE	BOLACHA SALGADA ou Pão com DOCE DE FRUTAS ou PÃO PURO Chá mate Maçã	JOGOS COOPERATIVOS	JOGOS COOPERATIVOS	JOGOS COOPERATIVOS
<u>SEMANA 2</u>	14/10/19	15/10/19	16/10/19	17/10/19	18/10/19
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	PLANEJAMENTO ESCOLAR	FERIADO	BOLACHA SALGADA Café com LEITE DE SOJA ou LEITE DE SOJA PURO ou CHÁ MATE Maçã	Risoto de frango Repolho Tomate Laranja	BOLACHA SALGADA Café com LEITE DE SOJA ou LEITE DE SOJA PURO ou CHÁ MATE Banana (Adicionar 1 colher sobremesa de aveia em flocos. Cortar a banana em fatias)

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 DIETA DE COLESTEROL ELEVADO – PRÉ-ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL – ESCOLAS – 04/2019

<u>SEMANA 3</u>	21/10/19	22/10/19	23/10/19	24/10/19	25/10/19
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Pão com molho de carne moída Chá mate	BOLACHA SALGADA <u>ou</u> Pão com DOCE DE FRUTAS <u>ou</u> PÃO PURO Café com LEITE DE SOJA <u>OU</u> LEITE DE SOJA PURO <u>ou</u> CHÁ MATE	Picadinho carne REFOGADO (SEM MOLHO) Macarrão molho tomate Brócolis cozido Tomate Laranja	Salada de frutas: Banana Maçã Mamão (Adicionar 1 colher sobremesa de aveia em flocos na salada de frutas) Bebida láctea	Frango (SEM MOLHO) Arroz/Feijão Beterraba cozida Alface

<u>SEMANA 4</u>	28/10/19	29/10/19	30/10/19	31/10/19	1º/11/19
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Pão francês com DOCE DE FRUTAS Café com LEITE DE SOJA <u>OU</u> LEITE DE SOJA PURO <u>ou</u> CHÁ MATE	Carne moída (SEM MOLHO) Polenta Chicória Tomate Laranja	BOLACHA SALGADA <u>ou</u> Pão com DOCE DE FRUTAS <u>ou</u> PÃO PURO Café com LEITE DE SOJA <u>OU</u> LEITE DE SOJA PURO <u>ou</u> CHÁ MATE Maçã	Picadinho carne REFOGADO (SEM MOLHO) Arroz/Lentilha Cenoura cozida Alface	BOLACHA SALGADA Chá mate Pêssego

LARISSA S. VOLTOLINI
NUTRICIONISTA
CRN8-946

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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA DIETA DE COLESTEROL ELEVADO – PRÉ-ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL – ESCOLAS – 04/2019

<u>SEMANA 5</u>	04/11/19	05/11/19	06/11/19	07/11/19	08/11/19
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	<u>Sanduiche:</u> Pão francês QUEIJO Alface/Tomate Chá mate	BOLACHA SALGADA <u>ou</u> Pão com DOCE DE FRUTAS <u>ou</u> PÃO PURO Café com LEITE DE SOJA <u>OU</u> LEITE DE SOJA PURO <u>ou</u> CHÁ MATE	Risoto de frango Beterraba cozida Repolho Pêssego	<u>Salada de frutas:</u> Banana Maçã Mamão Laranja (Adicionar 1 colher sobremesa de aveia em flocos na salada de frutas) Bebida láctea	Picadinho carne REFOGADO (SEM MOLHO) Arroz/Feijão Chuchu cozido Tomate

LARISSA S. VOLTOLINI
NUTRICIONISTA
CRN8-946