

ESTADO DE SANTA CATARINA SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DIAE- DIRETORIA DE APOIO AO ESTUDANTE GEALI – GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR Rua Antonio Luz, 111, Centro, Fpolis/SC, 88.010-410

## CARDÁPIOS DEZEMBRO - NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS LOTES: 1,3 e 5

| CARDÁPIOS TIPO LANCHES - DEZEMBRO |  |   |                                  |
|-----------------------------------|--|---|----------------------------------|
| Cardápios Padrão                  | Cardápios Celíacos                     | Cardápios Diabéticos                      | Cardápios Intolerantes a         |
|                                   |  |   | Lactose                          |
| L1.6 Vitamina de banana (leite,   | Vitamina de banana (leite, banana      | Vitamina de banana (leite, banana e       | Vitamina de banana (leite sem    |
| banana e aveia), biscoito salgado | e aveia), <b>biscoito sem glúten</b> e | aveia), biscoito salgado integral e       | lactose, banana e aveia),        |
| integral e mel.                   | mel.                                   | doce de fruta diet ou queijo              | biscoito salgado integral e mel. |
| L1.7 Leite batido com banana e    | Leite batido com banana e aveia,       | Leite batido com banana e aveia,          | Leite(sem lactose) batido com    |
| aveia, bolo de cenoura            | biscoito doce sem glúten               | barra de cereal diet ou biscoito          | banana e aveia, bolo de cenoura  |
|                                   |  | doce integral                             |                                  |
| L1.12 Leite com achocolatado,     | Leite com achocolatado, biscoito       | Leite com achocolatado, biscoito          | <b>Leite sem lactose</b> com     |
| biscoito caseiro e uma banana.    | doce sem glúten e uma banana.          | integral e uma banana.                    | achocolatado, biscoito caseiro   |
|                                   |  |   | e uma banana.                    |
| L1.16 Leite batido com banana     | Leite batido com banana e mamão,       | Leite batido com banana e mamão,          | Leite sem lactose batido com     |
| e mamão, biscoito salgado         | biscoito sem glúten com doce de        | biscoito salgado integral com <b>doce</b> | banana e mamão, biscoito         |
| integral com doce de banana.      | banana.                                | de fruta diet.                            | salgado integral com doce de     |
|                                   |  |   | banana.                          |
| L2.2.Salada de frutas(mamão,      | Salada de frutas (mamão, banana,       | Salada de frutas(mamão, banana,           | Salada de frutas(mamão,          |
| banana, maçã e laranja), com      | maçã e laranja), com iogurte.          | maçã e laranja), com iogurte e            | banana, maçã e laranja), com     |
| iogurte e aveia                   |  | aveia                                     | iogurte sem lactose e aveia      |
|                                   |  |   | *Onde não houver fornecedor      |

|                                  |                                       |   | servir leite sem lactose         |
|----------------------------------|---------------------------------------|---|----------------------------------|
| L2.3 Iogurte de morango,         | Iogurte de morango, <b>biscoito</b>   | Iogurte de morango, <b>biscoito</b>       | Iogurte de morango ( <b>sem</b>  |
| biscoito caseiro e uma banana    | sem glúten e uma banana               | integral e uma banana                     | lactose), biscoito caseiro e uma |
|                                  |                                       |   | banana                           |
| L3.Suco de uva integral, pão de  | Suco de uva integral, <b>pão sem</b>  | Suco de uva integral, <b>pão</b>          | Suco de uva integral, pão de     |
| cachorro quente, frango          | glúten*, frango desfiado (peito)      | integral, frango desfiado(peito)          | cachorro quente(sem lactose),    |
| desfiado(peito) com tempero      | com tempero verde e molho de          | com tempero verde e molho de              | frango desfiado (peito) com      |
| verde e molho de tomate (feito   | tomate (feito na escola), cenoura     | tomate (feito na escola), cenoura         | tempero verde e molho de         |
| na escola), cenoura ralada,      | ralada, tomate em fatia, milho,       | ralada, tomate em fatia, milho,           | tomate (feito na escola),        |
| tomate em fatia, milho, ervilha  | ervilha e uma maçã.                   | ervilha e uma maçã                        | cenoura ralada, tomate em        |
| e uma maçã                       | *Onde não houver fornecedor           |   | fatia, milho, ervilha e uma maçã |
|                                  | servir arroz OU macarrão sem          |   | *Onde não houver fornecedor      |
|                                  | glúten)                               |   | servir arroz OU macarrão)        |
| L3.2Suco de laranja integral     | Suco de laranja integral com          | Suco de laranja integral com              | Suco de laranja integral com     |
| com cenoura, pão de cachorro     | cenoura, <b>pão sem glúten*</b> com   | cenoura, <b>pão integra</b> l com ovos    | cenoura, pão de cachorro         |
| quente com ovos mexidos(óleo,    | ovos mexidos(óleo, leite e ovos),     | mexidos(óleo, leite e ovos),              | quente(sem lactose)* com ovos    |
| leite e ovos), cenoura ralada e  | cenoura ralada e alface               | cenoura ralada e alface                   | mexidos(óleo, leite sem lactose  |
| alface                           | * Onde não houver fornecedor          |   | e ovos), cenoura ralada e alface |
|                                  | servir arroz OU macarrão sem          |   | * Onde não houver                |
|                                  | glúten)                               |   | fornecedor servir arroz OU       |
|                                  |                                       |   | macarrão)                        |
| L3.5 Suco de uva integral, pão   | Suco de uva integral, <b>pão sem</b>  | Suco de uva integral, <b>pão integral</b> | Suco de uva integral, pão de     |
| de cachorro quente com carne     | glúten*, carne moída refogada         | com carne moída refogada com              | cachorro quente com carne        |
| moída refogada com molho de      | com molho de tomate(feito na          | molho de tomate(feito na escola),         | moída refogada com molho de      |
| tomate(feito na escola), alface  | escola), alface e tomate              | alface e tomate.                          | tomate(feito na escola), alface  |
| e tomate.                        | *Onde não houver fornecedor           |   | e tomate.                        |
|                                  | servir arroz OU macarrão sem          |   |                                  |
|                                  | glúten).                              |   |                                  |
| L4 Suco de uva integral, bolo de | Suco de uva integral, <b>biscoito</b> | Suco de uva integral, barra de            | Suco de uva integral, bolo de    |

|                               | 14.                               |                                  | 1 1                                 |                                  |                                    |  |
|-------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|
| fubá e uma banana.            | sem glúten e uma banana           |                                  | cereal diet e uma banana            |                                  | fubá e uma banana.                 |  |
| L5.2 Suco de uva integr       | ·                                 |                                  | ,                                   | ırra de                          | Suco de uva integral, Torta de     |  |
| Torta de bolacha Maria c      |                                   |                                  | -                                   |                                  | bolacha Maria com creme (leite     |  |
| creme (leite, açúcar e amido  | • •                               | ilho) e                          | e                                   |                                  | sem lactose, açúcar e amido de     |  |
| milho) e uma maçã.            | uma maçã.                         |                                  |                                     |                                  | milho) e uma maçã.                 |  |
| L6.3 Leite com café, bolo     | de Leite com café, biscoita       | sem                              | Leite com café, biscoito integral e |                                  | Leite sem lactose com café,        |  |
| cenoura e uma banana.         | <b>glúten</b> e uma banana.       |                                  | uma banana.                         |                                  | bolo de cenoura e uma banana.      |  |
|                               | CARDÁPIOS TIPO REFEIG             | ÃO SA                            | LGADA - DEZEMBRO                    |                                  |                                    |  |
| Cardápios Padrão              | Cardápios Celíacos                | Cardáp                           | oios Diabéticos                     | Cardápios Intolerantes a Lactose |                                    |  |
| R1 Arroz, feijão, frango      | Arroz, feijão, frango             | Arroz                            | : <b>integral</b> , feijão, frango  | Arroz,                           | feijão, frango desfiado (peito)    |  |
| desfiado (peito) refogado     | desfiado (peito) refogado com     | desfia                           | do (peito) refogado com             | refogad                          | o com ervilha e milho, aipim       |  |
| com ervilha e milho, aipim    | ervilha e milho, aipim cozido, er |                                  | ı e milho, aipim cozido,            | cozido,                          | salada de beterraba cozida e       |  |
| cozido, salada de beterraba   | salada de beterraba cozida e      | salada                           | salada de beterraba cozida e        |                                  | salada de couve picada.            |  |
| cozida e salada de couve      | salada de couve picada.           | salada                           | de couve picada.                    |                                  |                                    |  |
| picada.                       |                                   |                                  |                                     |                                  |                                    |  |
| R1.3 Arroz, feijão, frango    | Arroz, feijão, frango desfiado    | Arroz                            | integral, feijão, frango            | Arroz,                           | feijão, frango desfiado (peito)    |  |
| desfiado (peito) com ervilha  | (peito) com ervilha e milho,      | desfia                           |                                     |                                  | ilha e milho, aipim cozido, salada |  |
| e milho, aipim cozido, salada | aipim cozido, salada de           | milho,                           | ilho, aipim cozido, salada de d     |                                  | lho e salada de tomate.            |  |
| de repolho e salada de        | repolho e salada de tomate.       | repolh                           | o e salada de tomate.               |                                  |                                    |  |
| tomate.                       | ·                                 | •                                |                                     |                                  |                                    |  |
| R1.5 Arroz, feijão, frango    | Arroz, feijão, frango             | Arroz                            | : <b>integral</b> , feijão, frango  | Arroz,                           | feijão, frango desfiado com        |  |
| desfiado com molho de         | desfiado com molho de tomate      | desfia                           | do com molho de tomate              | molho                            | de tomate (feito na escola),       |  |
| tomate (feito na escola),     | (feito na escola), polenta,       | (feito                           | na escola), polenta, salada         | polenta,                         | salada de cenoura cozida e         |  |
| polenta, salada de cenoura    | salada de cenoura cozida e        |                                  | noura cozida e salada de            | salada d                         | le acelga                          |  |
| cozida e salada de acelga     | salada de acelga                  | acelga                           |                                     |                                  |                                    |  |
| R1.6 Arroz, feijão, frango    | Arroz, feijão, frango             | Arroz                            | integral, feijão, frango            | Arroz,                           | feijão, frango refogado            |  |
| refogado (sassami), creme     | refogado (sassami), creme de      |                                  | do (sassami), creme de              |                                  | i), creme de milho*, salada de     |  |
| de milho, salada de tomate    | milho*, salada de tomate e        | milho, salada de tomate e salada |                                     | -                                | e salada de acelga.                |  |
| e salada de acelga.           | salada de acelga.                 | de ace                           |                                     |                                  | <b>3</b> ·                         |  |
| - · · <b>y</b> - · ·          | J                                 |                                  | <u>J</u>                            | <u> </u>                         |                                    |  |

|                              | *(feito com amido de milho)       |                                   | *(feito com leite sem lactose)          |
|------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|---|
| R1.9 Polenta, frango         | Polenta, frango ensopado          | Polenta, frango ensopado (coxa e  | Polenta, frango ensopado (coxa e        |
| ensopado (coxa e             | (coxa e sobrecoxa), arroz,        | sobrecoxa), arroz, feijão, salada | sobrecoxa), arroz, feijão, salada de    |
| sobrecoxa), arroz, feijão,   | feijão, salada de rúcula e        | de rúcula e salada de tomate      | rúcula e salada de tomate               |
| salada de rúcula e salada de | salada de tomate                  |                                   |   |
| tomate                       |                                   |                                   |   |
| R1.14 Arroz integral,        | Arroz integral, feijão, frango    | Arroz integral, feijão, frango    | Arroz integral, feijão, frango desfiado |
| feijão, frango desfiado com  | desfiado com batata e             | desfiado com batata e cenoura     | com batata e cenoura (cubos), salada de |
| batata e cenoura (cubos),    | cenoura (cubos), salada de        | (cubos), salada de repolho e      | repolho e salada de beterraba cozida.   |
| salada de repolho e salada   | repolho e salada de beterraba     | salada de beterraba cozida.       |   |
| de beterraba cozida          | cozida                            |                                   |   |
| R3.2 Feijão com carne        | Feijão com carne suína em         | Feijão com carne suína em cubos,  | Feijão com carne suína em cubos, arroz, |
| suína em cubos, arroz,       | cubos, arroz, farofa de           | arroz, farofa de cenoura, salada  | farofa de cenoura, salada de couve com  |
| farofa de cenoura, salada    | cenoura, salada de couve com      | de couve com laranja em cubos.    | laranja em cubos.                       |
| de couve com laranja em      | laranja em cubos.                 |                                   |   |
| cubos.                       |                                   |                                   |   |
| R5.2 Arroz, feijão, omelete  | Arroz, feijão, omelete de         | Arroz integral, feijão, omelete   | Arroz, feijão, omelete de couve,        |
| de couve, macarrão com       | couve, <b>macarrão sem glúten</b> | de couve, macarrão com molho de   | macarrão com molho de tomate(feito na   |
| molho de tomate(feito na     | com molho de tomate(feito na      | tomate(feito na escola), salada   | escola), salada de tomate e salada de   |
| escola), salada de tomate e  | escola), salada de tomate e       | de tomate e salada de alface.     | alface.                                 |
| salada de alface.            | salada de alface.                 |                                   |   |
| R6 Macarrão com carne        | Macarrão sem glúten com           | Macarrão com carne moída          | Macarrão com carne moída (tomate,       |
| moída (tomate, cebola,       | carne moída (tomate, cebola,      | (tomate, cebola, cenoura,         | cebola, cenoura, tempero verde e molho  |
| cenoura, tempero verde e     | cenoura, tempero verde e          | tempero verde e molho de tomate   | de tomate (feito na escola), salada de  |
| molho de tomate (feito na    | molho de tomate (feito na         | (feito na escola), salada de      | beterraba cozida e salada de repolho e  |
| escola), salada de beterraba | escola), salada de beterraba      | beterraba cozida e salada de      | uma laranja                             |
| cozida e salada de repolho e | cozida e salada de repolho e      | repolho e uma laranja             |   |
| uma laranja                  | uma laranja                       |                                   |   |
| R6.2 Risoto de frango        | Risoto de frango (arroz com       | Risoto de frango (arroz com peito | Risoto de frango (arroz com peito de    |

| (arroz com peito de frango desfiado e molho de tomate                                    | peito de frango desfiado e<br>molho de tomate (feito na   | de frango desfiado e molho de tomate (feito na escola), tempero                                    | frango desfiado e molho de tomate (feito na escola), tempero verde, óleo,                   |
|--|---|--|---|
| (feito na escola), tempero<br>verde, óleo, cebola, milho,<br>ervilha), salada de cenoura |   | verde, óleo, cebola, milho,<br>ervilha), salada de cenoura crua<br>ralada e salada de acelga e uma | cebola, milho, ervilha), salada de cenoura<br>crua ralada e salada de acelga e uma<br>maçã. |
| crua ralada e salada de acelga e uma maçã.   | salada de acelga e uma maçã.  | maçã.  |   |
| OBSERV <i>AÇÕ</i> ES   | *Feijão não deve ser engrossado com farinha de trigo.  * Verificar a rotulagem dos produtos industrializados que deve informar "Não Contém Glúten". | * As quantidades a serem ofertadas devem ser orientadas pelo nutricionista clinico do escolar.     | * verificar a rotulagem dos produtos<br>que deve informar "não contém<br>lactose".          |
|  |   | LMOÇO - DEZEMBRO   |   |
| Cardápios Padrão   | Cardápios Celíacos  | Cardápios Diabéticos   | Cardápios Intolerantes a Lactose  |
| A1.6 Arroz integral, frango  | Arroz integral, frango (peito)  | Arroz integral, frango (peito)   | Arroz integral, frango (peito) desfiado   |
| (peito) desfiado com molho   | desfiado com molho de   | desfiado com molho de tomate,  | com molho de tomate, farofa de  |
| de tomate, farofa de   | tomate, farofa de cenoura,  | farofa de cenoura, salada de   | cenoura, salada de chicória e salada de   |
| cenoura, salada de chicória  | salada de chicória e salada de  | chicória e salada de chuchu  | chuchu cozido.  |
| e salada de chuchu cozido.   | chuchu cozido.  | cozido.  |   |
| A1.7 Frango refogado com   | Frango refogado com molho de  | Frango refogado com molho de   | Frango refogado com molho de tomate   |
| molho de tomate (feito na  | tomate (feito na escola),   | tomate (feito na escola), polenta,   | (feito na escola), polenta, arroz, feijão,  |
| escola), polenta, arroz,   | polenta, arroz, feijão, salada  | arroz, feijão, salada de agrião e  | salada de agrião e salada de chuchu   |
| feijão, salada de agrião e   | de agrião e salada de chuchu  | salada de chuchu cozido.   | cozido.   |
| salada de chuchu cozido.   | cozido.   |  |   |
| A2.1 Arroz integral, feijão,   | Arroz integral, feijão, carne   | Arroz integral, feijão, carne  | Arroz integral, feijão, carne bovina em   |

| carne bovina em cubos ensopada, macarrão com molho de tomate(feito na escola), salada de alface e salada de tomate.  A2.9 Arroz, feijão, carne moída refogada, polenta, | bovina em cubos ensopada, macarrão sem glúten com molho de tomate(feito na escola), salada de alface e salada de tomate.  Arroz, feijão, carne moída refogada, polenta, salada de | bovina em cubos ensopada, macarrão com molho de tomate(feito na escola), salada de alface e salada de tomate.  Arroz integral, feijão, carne moída refogada, polenta, salada | Ÿ   |
|---|---|--|---|
| salada de cenoura cozida e salada de acelga   | cenoura cozida e salada de acelga   | de cenoura cozida e salada de acelga   | salada de acelga  |
| A2.11 Arroz, feijão, picadinho de carne em iscas, aipim cozido, salada de repolho e salada de beterraba cozida.   | Arroz, feijão, picadinho de<br>carne em iscas, aipim cozido,<br>salada de repolho e salada de<br>beterraba cozida.  | Arroz, feijão, picadinho de carne<br>em iscas, aipim cozido, salada de<br>repolho e salada de beterraba<br>cozida.   | Arroz, feijão, picadinho de carne em iscas, aipim cozido, salada de repolho e salada de beterraba cozida.                           |
| A3.1 Feijão com carne suína em cubos, arroz, farofa de cenoura, salada de agrião com laranja em cubos.  | Feijão com carne suína em cubos, arroz, farofa de cenoura, salada de agrião com laranja em cubos.   | arroz integral, farofa de  | Feijão com carne suína em cubos, arroz, farofa de cenoura, salada de agrião com laranja em cubos.                                   |
| A5.5 Arroz, feijão, fortaia (omelete com queijo), macarrão com molho de tomate (feito na escola), salada de beterraba cozida e salada de acelga.                        | Arroz, feijão, fortaia (omelete com queijo), macarrão sem glúten com molho de tomate (feito na escola), salada de beterraba cozida e salada de agrião.                            | Arroz, feijão, fortaia (omelete com queijo), macarrão com molho de tomate (feito na escola), salada de beterraba cozida e salada de agrião.                                  | Arroz, feijão, <b>ovos mexidos</b> , macarrão com molho de tomate (feito na escola), salada de beterraba cozida e salada de agrião. |
| A5.9 Arroz integral, feijão, omelete de couve, abóbora refogada, salada de tomate e salada de chicória.   | Arroz integral, feijão, omelete de couve, abóbora refogada, salada de tomate e salada de chicória.  | Arroz integral, feijão, omelete de<br>couve, abóbora refogada, salada<br>de tomate e salada de chicória.   | Arroz integral, feijão, ovos mexidos de couve, abóbora refogada, salada de tomate e salada de chicória.                             |

| OBSERV <i>AÇÕ</i> ES  | *Feijão não deve ser engrossado com farinha de trigo * Verificar a rotulagem dos produtos industrializados que deve informar "Não Contém Glúten".  | * As quantidades a serem ofertadas devem ser orientadas pelo nutricionista clinico do escolar.   | que deve informar " não contém  |
|---|--|--|---|
| <u> </u>  | Macarrão sem glúten com carne moída, tomate, cebola, tempero verde e molho de tomate (feito na escola), salada de cenoura cozida e salada de repolho e uma laranja.                                | tomate, cebola, tempero verde e  | cenoura cozida e salada de repolho e  |
| A6.2 Risoto de frango (arroz com peito de frango desfiado e molho de tomate- feito na escola) tempero verde, óleo, tomate, cebola, ervilha e milho), salada de cenoura crua ralada e salada de acelga e uma maçã. | Risoto de frango (arroz com peito de frango desfiado e molho de tomate- feito na escola) tempero verde, óleo, tomate, cebola, ervilha e milho), salada de cenoura crua ralada e salada de acelga e | 7 4.7 9. 9. 9.   | frango desfiado e molho de tomate-<br>feito na escola) tempero verde, óleo,<br>tomate, cebola, ervilha e milho), salada |
| A6.1 Arroz carreteiro com carne em iscas com tomate, cebola e ervilhas, batata refogada, feijão, salada de repolho e salada de cenoura crua ralada.   | A6.1 Arroz carreteiro com carne em iscas com tomate, cebola e ervilhas, batata refogada, feijão*, salada de repolho e salada de cenoura crua ralada  | A6.1 Arroz carreteiro com carne em iscas com tomate, cebola e ervilhas, batata refogada, feijão, salada de repolho e salada de cenoura crua ralada | iscas com tomate, cebola e ervilhas,<br>batata refogada, feijão, salada de  |

ATENÇÃO! As crianças e/ou adolescentes com Necessidade Alimentar Especial não devem ser separadas dos seus colegas na hora das refeições. Os cardápios específicos foram adaptados para ficar o mais próximo das refeições servidas a todos os escolares. Produtos da Agricultura Familiar: Arroz parboilizado, Arroz integral, Biscoito caseiro, Doce de banana, Feijão preto, Farinha de milho, Leite UHT, Mel e Suco de uva integral.