

PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPITÃO LEONIDAS MARQUES  
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO/DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROPOSTA de CARDÁPIO FEVEREIRO DE 2025 - ESCOLAS DA REDE MUNICIPAL DE ENSINO

EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL- ZONA URBANA E RURAL/ PERÍODO PARCIAL - INTOLERANTE A LACTOSE, CASEÍNA E AO GLÚTEN

| S                                                                                           | T                                                                                            | Q<br>05                                                                                                                           | Q<br>06                                                                                             | S<br>07                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                             |                                                                                              | Bolo especial sem lactose, sem caseína e sem glúten e suco de fruta natural. Pêssego                                              | Arroz integral, feijão, picadinho de carne, salada de tomate com alface e cenoura cozida. Banana    | Mini tortas salgadas integrais (sem lactose, sem glúten e sem caseína) de carne com legumes e suco natural de fruta. Mamão   |
| 10                                                                                          | 11                                                                                           | 12                                                                                                                                | 13                                                                                                  | 14                                                                                                                           |
| Arroz, lentilha, OVOS MEXIDOS COM LEGUMES, salada de alface com tomate. Suco de limão. Maça | Canjica com amendoim (com leite de coco). Melão                                              | Macarronada (sem glúten, sem lactose e sem caseína) ao molho de carne com legumes, salada colorida (couve manteiga com beterraba) | Pão caseiro (sem glúten, lactose e sem caseína) com frango desfiado com legumes. Suco de uva. Manga | Mandioca cozida, carne suína e acelga com beterraba e salada de rúcula. Melancia                                             |
| 17                                                                                          | 18                                                                                           | 19                                                                                                                                | 20                                                                                                  | 21                                                                                                                           |
| Arroz integral, feijão, picadinho de carne, abóbora refogada, salada de tomate com acelga.  | Batata amassada, molho de carne moída, cenoura e couve-flor cozidos e salada de rúcula. Maça | Pão caseiro (sem glúten, sem lactose e sem caseína) e suco de uva natural. Laranja                                                | Risoto com ervilha, brócolis e salada colorida. Banana                                              | Polenta com carne suína, beterraba e vagem cozida e salada de folhas verdes. Pêssego                                         |
| 24                                                                                          | 25                                                                                           | 26                                                                                                                                | 27                                                                                                  | 28                                                                                                                           |
| Arroz, feijão, carne, beterraba e chuchu cozido, salada de alface. Melão                    | Mandioca com carne, salada de almeirão com tomate. Uva                                       | Canjiquinha de carne suína e cenoura, salada de almeirão com couve flor.                                                          | Pão de queijo sem glúten, sem lactose e sem caseína, leite de arroz batido com frutas. Banana       | Macarronada (sem glúten, sem lactose e sem caseína) ao molho de frango, legumes crus ralados e salada verde com tomate. Maça |

**OBS:** O cardápio da semana só poderá ser alterado se comunicado com antecedência e autorizado pela Divisão de Alimentação Escolar, através do Registro de Alteração de cardápio. As frutas da época poderão ser acrescentadas em qualquer dia do cardápio. Os tipos de frutas podem sofrer alterações, assim como as saladas e legumes.

| Composição<br>nutricional | Faixa etária/<br>Período parcial | Energia<br>(kcal) | Proteína |      |       | Lipídeos |      |       | Carboidratos |       |       | Sódio<br>(mg) |
|---------------------------|----------------------------------|-------------------|----------|------|-------|----------|------|-------|--------------|-------|-------|---------------|
|                           |                                  |                   | (g)      | Kcal | % VET | (g)      | Kcal | % VET | (g)          | Kcal  | % VET |               |
|                           |                                  |                   |          |      |       |          |      |       |              |       |       |               |
|                           | 4 a 5 anos                       | 272,1             | 10,4     | 44,0 | 15    | 5,4      | 48,6 | 17    | 46,9         | 185,1 | 68    | 269,8         |
|                           | 6 a 10 anos                      | 328,5             | 13,1     | 52,4 | 16    | 7,1      | 64,2 | 19    | 54,5         | 218   | 65    | 319,8         |

Élister Lílian Brum Balestrin Fanin  
CRN 3650  
Nutricionista

PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPITÃO LEONIDAS MARQUES  
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO/DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR  
PROPOSTA de CARDÁPIO FEVEREIRO DE 2025 - ESCOLAS DA REDE MUNICIPAL DE ENSINO  
EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL- ZONA URBANA E RURAL/ PERÍODO PARCIAL - INTOLERANTE A LACTOSE, CASEÍNA E AO GLÚTEN

Élister Lílian Brum Balestrin Fanin  
CRN 3650  
Nutricionista