

**CARDÁPIO EE INTEGRAL (16 a 18 anos) - SETEMBRO 2022 - Intolerância à Lactose**

1ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
				01/set	02/set
DESJEJUM				Leite sem lactose com cacau em pó Pão francês com manteiga vegetal	Leite sem lactose com café Pão francês com geleia
COLAÇÃO				Fruta	Fruta
ALMOÇO				Arroz/Feijão Frango (sassami) em cubos com legume e verdura Fruta	Arroz/Feijão Linguiça de frango acebolada Salada de legume
LANCHE				Arroz doce (COM LEITE SEM LACTOSE)	Leite sem lactose com café Biscoito maisena

2ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	05/set	06/set	07/set	08/set	09/set
DESJEJUM	Leite sem lactose com cacau em pó Pão francês com geleia	Chá mate Pão francês com manteiga vegetal		Leite sem lactose com cacau em pó Pão francês com manteiga vegetal	Chá Pão francês com geleia
COLAÇÃO	Fruta	Fruta		Fruta	Fruta
ALMOÇO	Macarrão ao alho e óleo com atum e cheiro verde Legume refogado	Arroz/ Feijão Carne (iscas) acebolada Fruta		Feijão Risoto de presunto (SEM QUEIJO) Salada de verdura	Arroz/ Feijão Frango (sassami) com legume e cheiro verde Legume refogado
LANCHE	Leite sem lactose com café Pão francês com ovo mexido	Leite sem lactose com café Pão francês com geleia		Leite sem lactose com café Biscoito salgado	Leite sem lactose Banana

O cardápio é sujeito à alterações. Não é permitida a alteração do cardápio sem autorização da Coordenadoria Técnica de Abastecimento.

**CARDÁPIO EE INTEGRAL (16 a 18 anos) - SETEMBRO 2022 - Intolerância à Lactose**

3ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	12/set	13/set	14/set	15/set	16/set
<b>DESJEJUM</b>	Leite sem lactose com café  Pão francês com geleia	Leite sem lactose com cacau em pó  Pão francês com manteiga vegetal	Leite sem lactose com café  Pão francês com geleia	Chá mate  Pão francês com manteiga vegetal	Leite sem lactose com cacau em pó  Pão francês com geleia
<b>COLAÇÃO</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão  Ovo mexido com alho poró e cheiro verde  Salada de legume	Arroz/ Feijão  <b>Frango refogado (SEM LEITE)</b>  Fruta	Arroz/ Feijão  Carne moída refogada com legume e tempero  Verdura refogada	Arroz/ Feijão  Frango (sassami) refogada com milho  Fruta	Arroz/ Feijão preto  Almôndegas ao molho de tomate  Salada de verdura
<b>LANCHE</b>	Chá mate Pão francês com geleia	Leite sem lactose com café Pão francês com presunto	Leite sem lactose com café Biscoito maisena	Leite sem lactose com café Pão francês com ovo mexido	Arroz doce (COM LEITE SEM LACTOSE)

4ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	19/set	20/set	21/set	22/set	23/set
<b>DESJEJUM</b>	Leite sem lactose com café  Pão francês com manteiga vegetal	Leite sem lactose com cacau em pó  Pão francês com geleia	Leite sem lactose com café  Pão francês com manteiga vegetal	Leite sem lactose com café  Pão francês com manteiga vegetal	Chá mate  Pão francês com geleia
<b>COLAÇÃO</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>ALMOÇO</b>	Arroz/ Feijão  Carne (iscas) com legume e cheiro verde  Salada de verdura	Arroz/ Feijão Preto  Pernil com legumes  Fruta	Arroz/ Feijão  Linguiça de frango acebolado  Virado de verdura	Arroz/ Feijão  Frango (sassami) com legume  Fruta	Arroz/ Feijão  Carne moída refogada com legume  Legume refogado
<b>LANCHE</b>	Leite sem lactose com café  Biscoito maisena	Leite sem lactose com café  Pão francês com manteiga vegetal	Leite sem lactose com café  Pão francês com ovo mexido	Chá mate  Pão francês com presunto	Leite sem lactose com café  Pão francês com manteiga vegetal

O cardápio é sujeito à alterações. Não é permitida a alteração do cardápio sem autorização da Coordenadoria Técnica de Abastecimento.

**CARDÁPIO EE INTEGRAL (16 a 18 anos) - SETEMBRO 2022 - Intolerância à Lactose**

5ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	26/set	27/set	28/set	29/set	30/set
<b>DESJEJUM</b>	Leite sem lactose com cacau em pó  Pão francês com geleia	Leite sem lactose com café  Pão francês com manteiga vegetal	Leite sem lactose com cacau em pó  Pão francês com geleia	Leite sem lactose com café  Pão francês com manteiga vegetal	Chá mate  Pão francês com manteiga vegetal
<b>COLAÇÃO</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>ALMOÇO</b>	Macarrão ao molho de tomate (SEM QUEIJO)  Legume refogado	Arroz/ Feijão  Frango (sassami) refogada com legume  Fruta	Arroz/ Feijão  Carne refogada (SEM LEITE)  Legume refogado	Arroz/ Feijão  Pernil com legumes  Fruta	Arroz/ Feijão  Carne (iscas) com legume  Salada de legumes
<b>LANCHE</b>	Chá mate  Pão francês com manteiga vegetal	Arroz doce (COM LEITE SEM LACTOSE)	Leite sem lactose com café  Pão francês com presunto	Leite sem lactose com cacau em pó  Pão francês com ovo mexido	Leite sem lactose com café  Pão francês com geleia

O cardápio é sujeito à alterações. Não é permitida a alteração do cardápio sem autorização da Coordenadoria Técnica de Abastecimento.