

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO – MORRETES-PR
CARDÁPIO PARA INTOLERANTE A LACTOSE – MARÇO 2026



SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DIA 02	DIA 03	DIA 04	DIA 05	DIA 06
SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES	ARROZ, FEIJÃO OMELETE SALADA: CENOURA RALADA FRUTA	BOLACHA DOCE ZERO LACTOSE (ROSQUINHA) CHÁ GELADO	QUIRERA COM FRANGO AO MOLHO SALADA: CENOURA RALADA FRUTA	MACARRÃO + CARNE MOÍDA SALADA: REPOLHO
DIA 09	DIA 10	DIA 11	DIA 12	DIA 13
SOPA DE LEGUMES	ARROZ, FEIJÃO, FAROFA DE OVO SALADA: TOMATE FRUTA	BOLACHA DOCE ZERO LACTOSE (ROSQUINHA) CHÁ GELADO	POLENTA + CARNE MOÍDA SALADA: REPOLHO FRUTA	MACARRÃO + FRANGO SALADA: CENOURA E TOMATE
DIA 16	DIA 17	DIA 18	DIA 19	DIA 20
BOLACHA SALGADA + CHÁ GELADO	CANJA FRUTA	BOLACHA SALGADA ZERO LACTOSE SAGU DE UVA	PURÊ DE BATATA COM FRANGO AO MOLHO SALADA: CENOURA RALADA FRUTA	MACARRÃO + ISCAS DE CARNE AO MOLHO SALADA: REPOLHO
DIA 23	DIA 24	DIA 25	DIA 26	DIA 27
SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO GRELHADO SALADA: TOMATE FRUTA	BOLACHA DOCE ZERO LACTOSE (ROSQUINHA) CHÁ GELADO	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS SALADA: CENOURA RALADA FRUTA	PURÊ DE BATATA + ALMONDEGAS SALADA: REPOLHO
DIA 30	DIA 31			
BOLACHA SALGADA + CHÁ GELADO	MACARRÃO + ALMONDEGAS SALADA: CENOURA E REPOLHO FRUTA			

Laiz Baiak da Silva
 Nutricionista RT
 CRN8 7223

Elizabeth Alves Costa
 Nutricionista QT
 CRN8 14606