



CARDÁPIO – INTERMEDIÁRIO			ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA		OUTUBRO/2026
Noturno Semana 1				Quinta – feira 01/10/2026	Sexta – feira 02/10/2026
				I26.03 Macarronada de carne moída (Macarrão espaguete, carne bovina moída, cenoura ralada ensopada com molho de tomate (feito na escola)), salada de acelga, salada de chuchu e uma banana	I26.683 Frango em iscas acebolado, arroz, feijão, chuchu refogado com tempero verde, salada de agrião e uma fatia de mamão
Noturno Semana 2	Segunda – feira 05/10/2026	Terça – feira 06/10/2026	Quarta – feira 07/10/2026	Quinta – feira 08/10/2026	Sexta – feira 09/10/2026
	I26.196APL Polenta (sem leite de origem animal e/ou derivados), molho de frango (frango desfiado e molho de tomate (feito na escola)), arroz, feijão, salada de alface e uma banana	I26.341AP Estrogonofe de carne bovina em iscas com molho branco (sem leite de origem animal e/ou derivados - com bebida vegetal e feito na escola), arroz, batata rústica, salada de beterraba ralada e uma fatia de melão	I25.241 Frango em cubos refogado com tomate e tempero verde, arroz, feijão, abóbora refogado com tempero verde, salada de repolho picado e uma fatia de mamão	I26.210 Carne suína em iscas refogada com cebola e tomate, arroz, feijão, batata doce em cubos assada, salada de rúcula e uma laranja	I26.355AP Frango assado (coxa e sobrecoxa), arroz, feijão, purê de batata (sem leite de origem animal e/ou derivados), salada de acelga e uma maçã
Noturno Semana 3	Segunda – feira 12/10/2026	Terça – feira 13/10/2026	Quarta – feira 14/10/2026	Quinta – feira 15/10/2026	Sexta – feira 16/10/2026
	FERIADO	I26.439 Frango em iscas refogado, arroz, feijão, vagem refogada, chuchu com tempero verde e uma fatia de melão	I26.558 Feijoada de carne bovina com legumes (feijão com carne bovina em cubos, chuchu e abóbora em cubos), arroz integral, farofa de couve e uma banana	R26.943 Frango ensopado (coxa e sobrecoxa sem osso) com molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, polenta, salada de rúcula e uma laranja	I26.774 Macarronada de carne moída (macarrão espaguete, carne bovina moída, cenoura ralada ensopada com molho de tomate (feito na escola)), salada de alface, salada de beterraba cozida e uma maçã
Noturno Semana 4	Segunda – feira 19/10/2026	Terça – feira 20/10/2026	Quarta – feira 21/10/2026	Quinta – feira 22/10/2026	Sexta – feira 23/10/2026
	I26.268AP Fricassê de peito de frango em iscas com molho branco (sem leite de origem animal e/ou derivados - com bebida vegetal e feito na escola) e milho verde congelado, arroz, batata inglesa	I26.50 Carne bovina em iscas acebolado, arroz, feijão, batata assada, salada de repolho e uma fatia de mamão	I26.254AP Omelete de tomate com orégano, arroz, feijão, abobrinha refogada, salada de alface e uma laranja	I23.447 Frango (coxa e sobrecoxa sem osso) ensopado com aipim e molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, salada de acelga e uma banana	I25.70 Carne suína em cubos acebolada, arroz, feijão, abóbora no forno com tempero verde, salada de rúcula e uma laranja



	assada, salada de beterraba ralada e uma maçã				
	Segunda – feira 26/10/2026	Terça – feira 27/10/2026	Quarta – feira 28/10/2026	Quinta – feira 29/10/2026	Sexta – feira 30/10/2026
Noturno Semana 5	I26.372AP Carne bovina em cubos refogada com tomate e abobrinha, arroz, feijão, purê de batata doce (sem leite de origem animal e/ou derivados), salada de repolho bicolor e uma fatia de abacaxi	I26.946 Frango ensopado (coxa e sobrecoxa sem osso) com molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, salada de acelga e uma fatia de mamão	I26.113 Polenta, molho de carne moída (carne bovina moída com molho de tomate (feito na escola)), arroz, feijão, salada de rúcula e uma banana	I25.69 Frango em cubos acebolada, arroz, feijão, batata com tempero verde, salada de tomate e uma fatia de melancia	I26.79 Carne de panela com abóbora (carne bovina em cubos, tomate, cebola e abóbora), arroz, feijão, salada de couve e uma fatia de melão



RECOMENDAÇÕES DIETÉTICAS PARA ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE:

- Devem ser excluídos todos alimentos e/ou preparações que contenham leite de origem animal e/ou derivados ou que podem ter sido contaminados durante a sua produção. São eles: leite de vaca, manteiga, iogurte e queijos.
- Para molhos ou preparações com recheio utilizar ingredientes que não contenham leite de origem animal e/ou derivados.
- As opções de substituição do leite para os casos de APLV na alimentação escolar são: bebida vegetal (Exemplo: arroz, coco, amêndoas, aveia, castanhas ou soja)
- Atentar-se ao rótulo dos alimentos para saber sua composição. A origem dos alimentos industrializados deve ser confiável, possuir certificações e a embalagem NÃO deve apresentar a informação “alérgicos: contém leite” ou “alérgicos: contém derivados de leite” ou “alérgicos: pode conter leite”
- No preparo dos alimentos deve-se ter cuidado com a “contaminação cruzada”, que pode ocorrer quando alimentos isentos de leite recebem partículas desse ingrediente devido ao compartilhamento de utensílios como talheres, pratos, panelas e etc.



- Observar os ingredientes presentes nos alimentos industrializados a fim de verificar a presença de leite.

Ingredientes que podem indicar a presença de leite:

- leite em pó;
- leite condensado;
- creme de leite;
- manteiga (gordura de manteiga, óleo de manteiga, éster de manteiga);
- caseína;
- caseinato de amônia, cálcio, magnésio, potássio, sódio;
- composto lácteo;
- fermento lácteo;
- fosfato de lactoalbumina;
- gordura anidra de leite;
- lactatos;
- lactoalbumina;
- lactoferrina;
- lactoglobulina;
- lactose;
- lactulose;
- lactulona;
- leitelho;
- mistura láctea;
- proteína do leite;
- proteína do soro;
- proteína láctea;
- proteínas do soro;
- corante, sabor ou aroma de baunilha, caramelo, coco, leite, manteiga, margarina, queijo (pode conter traços – consultar SAC);
- sólidos do leite;
- soro de leite;
- traços de leite;
- whey protein.