SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DE SANTA CATARINA
DIRETORIA DE ADMINISTRAÇÃO
GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)

Marina Bastos Paim - CRN10 10257 (RT)

Número da escola (ex.: 76490) - Nome da Escola (ex.: EEB CASTRO ALVES) - Zona da escola (urbana ou rural)

CARDÁPIO – DESJEJUM CASAS FAMILIARES			**CELÍACO**		**NOVEMBRO/2026**
	Segunda – feira **02/11/2026**	Terça – feira **03/11/2026**	Quarta – feira **04/11/2026**	Quinta – feira **05/11/2026**	Sexta – feira **06/11/2026**
Matutino Noturno Semana 1	FERIADO	D26.107C Pão integral sem glúten com manteiga e uma fatia de queijo, leite com café, açúcar e uma fatia de melão	D26.50C Bolo de laranja (com farinha sem glúten), leite com café, açúcar e uma banana	D26.97C Sanduíche de queijo (pão massinha sem glúten, manteiga, uma fatia de queijo muçarela, tomate em fatia e alface), leite com café, açúcar e uma maçã	D26.69C Pão doce liso sem glúten com ovos mexidos, leite com café, açúcar e uma fatia de melancia
	Segunda – feira **09/11/2026**	Terça – feira **10/11/2026**	Quarta – feira **11/11/2026**	Quinta – feira **12/11/2026**	Sexta – feira **13/11/2026**
Matutino Noturno Semana 2	D26.71C Pão massinha sem glúten com manteiga e uma fatia de queijo, leite com café, açúcar e uma maçã	D26.48C Pão massinha sem glúten com ovos mexidos, leite com café, açúcar e uma laranja	D25.63C Pão massinha sem glúten com manteiga, uma fatia de queijo muçarela, tomate em fatia e alface, leite com café e açúcar e uma fatia de mamão	D25.36C Cuca de banana com aveia (sem glúten) e canela, leite com café, açúcar e uma maçã	D26.76C Pão doce liso sem glúten com manteiga e uma fatia de queijo, leite com café, açúcar e uma fatia de melão
	Segunda – feira **16/11/2026**	Terça – feira **17/11/2026**	Quarta – feira **18/11/2026**	Quinta – feira **19/11/2026**	Sexta – feira **20/11/2026**
Matutino Noturno Semana 3	D25.49C Pão massinha sem glúten com manteiga e uma fatia de queijo, leite com café, açúcar e uma laranja	D25.44C Pão massinha sem glúten com ovos mexidos, leite com café, açúcar e uma maçã	D26.08C Sanduíche de queijo (pão massinha sem glúten, manteiga, uma fatia de queijo muçarela, tomate em fatia e alface), leite com café, açúcar e uma fatia de melão	D26.91C Bolo de chocolate (com farinha sem glúten), leite com café, açúcar e uma ameixa	FERIADO
	Segunda – feira **23/11/2026**	Terça – feira **24/11/2026**	Quarta – feira **25/11/2026**	Quinta – feira **26/11/2026**	Sexta – feira **27/11/2026**
Matutino Noturno Semana 4	D26.107C Pão integral sem glúten com manteiga e uma fatia de queijo, leite com café, açúcar e uma fatia de melão	D26.07C Bolo de fubá mesclado com chocolate (com farinha sem glúten), leite com café, açúcar e uma laranja	D25.76C Pão doce liso sem glúten com manteiga e uma fatia de queijo, leite com café, açúcar e uma maçã	D26.74C Pão massinha sem glúten com ovos mexidos, leite com café, açúcar e uma fatia de mamão	D26.72C Pão massinha sem glúten com manteiga e uma fatia de queijo, leite com café, açúcar e uma ameixa
Matutino Noturno Semana 5	Segunda – feira **30/11/2026**				

Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)

Marina Bastos Paim - CRN10 10257 (RT)

	D25.08C Sanduíche de queijo (duas fatias de pão integral sem glúten, manteiga, uma fatia de queijo muçarela, tomate em fatia e alface), leite com café, açúcar e uma fatia de melão				

RECOMENDAÇÕES DIETÉTICAS PARA CELÍACOS:

- **Devem ser excluídos todos alimentos que contenham glúten ou que podem ter sido contaminados com o glúten durante a sua produção**. Os alimentos que possuem glúten são farinha de trigo, aveia, cevada, centeio, malte e sêmola.
- Para molhos ou preparações com recheio utilizar ingredientes que não contenham glúten.
- **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 “CONTÉM GLÚTEN” ou "CONTÉM TRIGO" ou "CONTÉM DERIVADO DE TRIGO" ou "PODE CONTER TRIGO".
- No preparo dos alimentos deve-se ter cuidado com a “contaminação cruzada”, que pode ocorrer quando alimentos isentos de glúten recebem partículas dessa proteína devido ao compartilhamento de utensílios como talheres, pratos, panelas e etc.
- Substituições sem glúten: arroz e farinha de arroz, milho (amido de milho, farinha, flocos, fubá, amido, canjica, pipoca), mandioca (farinha, fécula, polvilho azedo e doce, araruta, tapioca), oleaginosas (farinha de amêndoas ou castanhas), fécula de batata, amaranto, quinoa, trigo sarraceno, painço e aveia sem glúten.