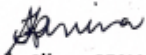




SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DE SANTA CATARINA
DIRETORIA DE EDUCAÇÃO BÁSICA E PROFISSIONAL
GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

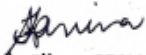

Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)


Marina Bastos Paim - CRN10 10257 (RT)

CARDÁPIO – PARCIAL				CELÍACO	OUTUBRO/2026
TURNOS				Quinta – feira 01/10/2026	Sexta – feira 02/10/2026
Matutino Vespertino Semana 1				R26.161 Carne bovina em cubos ensopado com aipim e molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, salada de repolho e uma maçã	LL26.273C Cuca de maçã* com aveia sem glúten e canela (50% farinha sem glúten), suco de laranja sem adição de açúcar e uma fatia de mamão. *sem mel
Noturno Semana 1				R26.161 Carne bovina em cubos ensopado com aipim e molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, salada de repolho e uma maçã	R26.683 Frango em iscas acebolado, arroz, feijão, chuchu refogado com tempero verde, salada de agrião e uma fatia de mamão



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

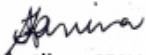

Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)


Marina Bastos Paim - CRN10 10257 (RT)

CARDÁPIO – PARCIAL		CELÍACO			OUTUBRO/2026
TURNOS	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
Matutino Vespertino Semana 2	R26.110 Arroz colorido com frango (arroz integral, peito de frango desfiado, vagem e milho verde congelado), feijão, salada de repolho com fatias de tomate e uma maçã	LL26.295 Bolo de fubá mesclado com chocolate*, leite batido com cacau e açúcar e uma fatia de melão. *sem farinha de trigo	R24.164 Frango ensopado (coxa e sobrecoxa sem osso) com molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, aipim refogado com tempero verde, salada de abobrinha e uma fatia de mamão	R26.210 Carne suína em iscas refogada com cebola e tomate, arroz, feijão, batata doce em cubos assada, salada de rúcula com alface e uma laranja	LL23.98C Pão massinha sem glúten com peito de frango desfiado ao molho de tomate (feito na escola), alface, tomate em fatia, suco de uva integral sem adição de açúcar e uma banana
Noturno Semana 2	R26.110 Arroz colorido com frango (arroz integral, peito de frango desfiado, vagem e milho verde congelado), feijão, salada de repolho com fatias de tomate e uma maçã	R26.341 Estrogonofe de carne bovina em iscas com molho branco (feito na escola), arroz, batata rústica, salada de beterraba ralada e uma fatia de melão	R24.164 Frango ensopado (coxa e sobrecoxa sem osso) com molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, aipim refogado com tempero verde, salada de abobrinha e uma fatia de mamão	R26.210 Carne suína em iscas refogada com cebola e tomate, arroz, feijão, batata doce em cubos assada, salada de rúcula com alface e uma laranja	LL23.98C Pão massinha sem glúten com peito de frango desfiado ao molho de tomate (feito na escola), alface, tomate em fatia, suco de uva integral sem adição de açúcar e uma banana



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

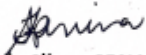

Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)


Marina Bastos Paim - CRN10 10257 (RT)

CARDÁPIO – PARCIAL		CELÍACO			OUTUBRO/2026
TURNOS	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
Matutino Vespertino Semana 3	FERIADO	R25.49 Risoto de frango (arroz integral com peito de frango desfiado, cenoura ralada e molho de tomate (feito na escola)), abobrinha refogada, salada de repolho e uma laranja	LL25.159C Bolo pão de mel (com farinha sem glúten), suco de uva integral sem adição de açúcar e uma banana	R26.381 Frango em cubos refogado com tomate e tempero verde, arroz, feijão, brócolis com couve-flor refogado, salada de agrião e uma fatia de mamão	R26.774C Macarronada de carne moída (macarrão espaguete sem glúten, 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 3	FERIADO	R25.49 Risoto de frango (arroz integral com peito de frango desfiado, cenoura ralada e molho de tomate (feito na escola)), abobrinha refogada, salada de repolho e uma laranja	R26.558 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	R26.381 Frango em cubos refogado com tomate e tempero verde, arroz, feijão, brócolis com couve-flor refogado, salada de agrião e uma fatia de mamão	R26.774C Macarronada de carne moída (macarrão espaguete sem glúten, carne bovina moída, cenoura ralada ensopada com molho de tomate (feito na escola)), salada de alface, salada de beterraba cozida e uma maçã



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


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


Marina Bastos Paim - CRN10 10257 (RT)

CARDÁPIO – PARCIAL		CELÍACO			OUTUBRO/2026
TURNOS	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
Matutino Vespertino Semana 4	LL26.85C Salada de frutas (laranja, banana e maçã), aveia sem glúten*, iogurte de mel (iogurte natural batido com mel) e biscoito caseiro sem glúten e sem gordura trans. *servir separadamente	R25.255 Omelete de tomate com queijo e orégano (Fortaia), arroz, feijão, cenoura refogada, salada de alface e uma laranja	R26.216 Carne bovina em iscas refogada com tomate e cebola, arroz, feijão vermelho, chuchu refogado, salada de couve e uma fatia de mamão	R26.944 Frango ensopado (coxa e sobrecoxa sem osso) com molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, polenta, salada de rúcula e uma banana	R26.372 Carne bovina em cubos refogada com tomate e abobrinha, arroz, feijão, purê de batata doce, salada de agrião e uma fatia de abacaxi
Noturno Semana 4	R26.268 Fricassê de peito de frango em iscas com molho branco (feito na escola) e milho verde congelado, arroz, batata inglesa assada, salada de beterraba ralada e uma maçã	R25.255 Omelete de tomate com queijo e orégano (Fortaia), arroz, feijão, cenoura refogada, salada de alface e uma laranja	R26.216 Carne bovina em iscas refogada com tomate e cebola, arroz, feijão vermelho, chuchu refogado, salada de couve e uma fatia de mamão	R26.944 Frango ensopado (coxa e sobrecoxa sem osso) com molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, polenta, salada de rúcula e uma banana	R26.372 Carne bovina em cubos refogada com tomate e abobrinha, arroz, feijão, purê de batata doce, salada de agrião e uma fatia de abacaxi



CARDÁPIO – PARCIAL		CELÍACO			OUTUBRO/2026
TURNOS	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
Matutino Vespertino Semana 5	R25.401 Carreteiro (arroz integral, carne bovina em iscas, tomate e cebola), legumes refogados (cenoura e chuchu), salada de alface e uma laranja	R24.77 Frango em iscas acebolado, arroz, feijão, abobrinha refogada, salada de beterraba ralada e uma maçã	LL26.182C Pão massinha sem glúten com carne moída ensopada com molho de tomate (feito na escola), alface, tomate, suco de laranja integral sem adição de açúcar e uma banana	R26.153 Filé de tilápia assado (temperado com limão, alho, cebola, e tempero verde), arroz com brócolis, feijão, salada de tomate e uma fatia de mamão	LL23.252C Leite batido com mamão e banana, biscoito caseiro sem glúten e sem gordura trans e uma fatia de melão
Noturno Semana 5	R25.401 Carreteiro (arroz integral, carne bovina em iscas, tomate e cebola), legumes refogados (cenoura e chuchu), salada de alface e uma laranja	R24.77 Frango em iscas acebolado, arroz, feijão, abobrinha refogada, salada de beterraba ralada e uma maçã	R26.113 Polenta, molho de carne moída (carne bovina moída com molho de tomate (feito na escola)), arroz, feijão, salada de repolho e uma banana	R26.153 Filé de tilápia assado (temperado com limão, alho, cebola, e tempero verde), arroz com brócolis, feijão, salada de tomate e uma fatia de mamão	R26.78 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 CELÍACOS:

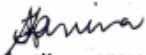
- **Devem ser excluídos todos alimentos que contenham glúten ou que podem ter sido contaminados com o glúten durante a sua produção.**

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 deve apresentar a informação “não contém glúten” ou “gluten free”.
- 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.



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


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


Marina Bastos Paim - CRN10 10257 (RT)

- 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.