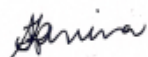




SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DE SANTA CATARINA
DIRETORIA DE EDUCAÇÃO BÁSICA E PROFISSIONAL
GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

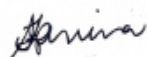

Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)


Marina Bastos Paim - CRN10 10257 (RT)

CARDÁPIO – DESJEJUM CASAS FAMILIARES			DIABETES	OUTUBRO/2026	
				Quinta – feira 01/10/2026	Sexta – feira 02/10/2026
Matutino Noturno Semana 1				D26.62D Pão integral sem açúcar com manteiga e uma fatia de queijo, leite com café sem açúcar* e uma banana *caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia	D26.07D Bolo de fubá mesclado com chocolate (50% aveia e sem açúcar*), leite com café sem açúcar* e uma laranja *caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia
Matutino 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
	D25.22D Sanduíche de queijo (duas fatias de pão integral sem açúcar, manteiga, uma fatia de queijo muçarela, tomate em fatia e alface), leite com café sem açúcar* e uma banana *caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia	D26.48D Pão integral sem açúcar com ovos mexidos, leite com café sem açúcar* e uma laranja *caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia	D26.76D Pão integral sem açúcar com manteiga e uma fatia de queijo, leite com café sem açúcar* e uma fatia de melão *caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia	D25.63D Pão integral sem açúcar com manteiga, uma fatia de queijo muçarela, tomate em fatia e alface, leite com café sem açúcar* e uma fatia de mamão *caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia	D25.74D Bolo de cenoura (50% farinha de trigo integral e sem açúcar*), leite com café sem açúcar* e uma maçã *caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia
Matutino 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	D24.104D Pão integral sem açúcar com manteiga e uma fatia de queijo, leite com café sem açúcar* e uma maçã *caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia	D26.281D Cuca de banana com aveia e canela (sem açúcar*), leite com café sem açúcar* e uma laranja *caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia	D25.48D Pão integral sem açúcar com ovos mexidos, leite com café sem açúcar* e uma banana *caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia	D26.21D Pão integral sem açúcar com manteiga e uma fatia de queijo, leite com café sem açúcar* e uma fatia de mamão *caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia
Matutino 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
	D26.48D Pão integral sem açúcar com ovos mexidos, leite com café sem açúcar* e uma laranja	D25.72D Bolo de chocolate (50% farinha de trigo integral e sem açúcar*), leite com café sem açúcar* e uma fatia de melão	D25.76D Pão integral sem açúcar com manteiga e uma fatia de queijo, leite com café sem açúcar* e uma maçã	D26.48D Pão integral sem açúcar com ovos mexidos, leite com café sem açúcar* e uma laranja	D26.63D Pão integral sem açúcar com manteiga, uma fatia de queijo muçarela, tomate em fatia e alface, leite com café sem



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


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


Marina Bastos Paim - CRN10 10257 (RT)

	*caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia	*caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia	*caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia	*caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia	açúcar* e uma banana *caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia
	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 Noturno Semana 5	D26.107D Pão integral sem açúcar com manteiga e uma fatia de queijo, leite com café sem açúcar* e uma fatia de melão *caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia	D26.617D Cuca de banana com aveia e canela (sem açúcar*), leite com chocolate sem açúcar* e uma fatia de mamão *caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia	D24.48D Pão integral sem açúcar com manteiga e uma fatia de queijo, leite com café sem açúcar* e uma maçã *caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia	D25.42D Bolo de cenoura (50% farinha de trigo integral e sem açúcar*), leite com café sem açúcar* e uma laranja *caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia	D25.48D Pão integral sem açúcar com ovos mexidos, leite com café sem açúcar* e uma banana *caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia



RECOMENDAÇÕES DIETÉTICAS PARA DIABETES:

- Devem ser excluídos todos os alimentos e/ou preparações que contenham açúcar;
- 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 “diet” ou “zero açúcar” ou “light” (30% menos açúcares);
- Substituir os pães, biscoitos e bolos pela versão integral que não tenha adição de açúcar;
- Incluir aveia ou farinha de trigo integral nas preparações elaboradas na unidade, como nos bolos e tortas salgadas;
- Servir o suco de frutas integral diluído em água mineral ou filtrada na proporção de 1:1 (1 parte de água para 1 parte de suco).