SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DE SANTA CATARINA
DIRETORIA DE ADMINISTRAÇÃO
GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR
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 – PARCIAL		**INTOLERÂNCIA À LACTOSE**			**NOVEMBRO/2026**
TURNOS	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 Vespertino Semana 1	FERIADO	LL25.196IL Iogurte natural sem lactose batido com morango, aveia e mel, biscoito caseiro sem lactose e sem gordura trans e uma laranja.	R26.418IL Carne suína em cubos refogada com molho de tomate (feito na escola), polenta sem lactose, arroz, feijão, salada de cenoura cozida e uma maçã	R25.878 Frango em iscas refogado, arroz, feijão, chuchu refogado com tempero verde, salada de brócolis e couve-flor e uma fatia de mamão	R26.388 Macarronada de carne moída (macarrão espaguete com carne moída com molho de tomate (feito na escola), salada de alface, salada de abobrinha e uma fatia de abacaxi
Noturno Semana 1	FERIADO	R26.474 Frango ensopado (coxa e sobrecoxa sem osso) com batata e molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, salada de repolho e uma laranja	R26.418IL Carne suína em cubos refogada com molho de tomate (feito na escola), polenta sem lactose, arroz, feijão, salada de cenoura cozida e uma maçã	R25.878 Frango em iscas refogado, arroz, feijão, chuchu refogado com tempero verde, salada de brócolis e couve-flor e uma fatia de mamão	R26.388 Macarronada de carne moída (macarrão espaguete com carne moída com molho de tomate (feito na escola), salada de alface, salada de abobrinha e uma fatia de abacaxi

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DE SANTA CATARINA
DIRETORIA DE ADMINISTRAÇÃO
GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR
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 – PARCIAL		**INTOLERÂNCIA À LACTOSE**			**NOVEMBRO/2026**
TURNOS	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 Vespertino Semana 2	R26.459 Risoto de frango (arroz integral com peito de frango desfiado, cenoura ralada e molho de tomate (feito na escola)), abobrinha refogada, salada de alface e uma laranja	LL24.83IL Salada de frutas (mamão, banana e laranja), aveia*, iogurte de mel (iogurte natural sem lactose batido com mel) e biscoito caseiro sem lactose e sem gordura trans. *servir separadamente	R25.432 Frango em cubos acebolado, arroz, feijão, legumes refogado (cenoura e vagem), salada de repolho roxo e uma maçã	LL26.86IL Pão de hambúrguer sem lactose com hambúrguer de carne moída, alface, queijo muçarela sem lactose, tomate, suco de uva integral sem adição de açúcar e uma banana	R26.383 Frango ensopado (coxa e sobrecoxa sem osso) com molho de tomate (feito na escola) e abóbora, arroz, feijão, salada de agrião e uma fatia de melancia
Noturno Semana 2	R26.459 Risoto de frango (arroz integral com peito de frango desfiado, cenoura ralada e molho de tomate (feito na escola)), abobrinha refogada, salada de alface e uma laranja	R26.341IL Estrogonofe de carne bovina em iscas com molho branco (feito na escola com leite sem lactose), arroz, batata rústica, salada de beterraba ralada e uma fatia de melão	R25.432 Frango em cubos acebolado, arroz, feijão, legumes refogado (cenoura e vagem), salada de repolho roxo e uma maçã	LL26.86IL Pão de hambúrguer sem lactose com hambúrguer de carne moída, alface, queijo muçarela sem lactose, tomate, suco de uva integral sem adição de açúcar e uma banana	R26.383 Frango ensopado (coxa e sobrecoxa sem osso) com molho de tomate (feito na escola) e abóbora, arroz, feijão, salada de agrião e uma fatia de melancia

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DE SANTA CATARINA
DIRETORIA DE ADMINISTRAÇÃO
GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR
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 – PARCIAL	**INTOLERÂNCIA À LACTOSE**				**NOVEMBRO/2026**
TURNOS	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 **Vespertino** Semana 3	R26.411IL Polenta sem lactose com molho de frango (frango desfiado e molho de tomate (feito na escola)), arroz, feijão, salada de pepino e uma maçã	LL26.322IL Cuca de doce de banana com aveia e canela (feita com leite sem lactose e sem manteiga), suco de laranja sem adição de açúcar e uma fatia de abacaxi	R26.422Frango em iscas acebolado, arroz, feijão, farofa de couve, salada de agrião e uma ameixa	R26.156 Arroz colorido com carne (arroz integral, carne bovina moída, vagem e milho verde congelado), feijão, salada de beterraba ralada e uma fatia de mamão	FERIADO
Noturno Semana 3	R26.411IL Polenta sem lactose com molho de frango (frango desfiado e molho de tomate (feito na escola)), arroz, feijão, salada de pepino e uma maçã	R26.314 Filé de Tilápia refogado com batata, tomate e cebola, arroz, feijão, salada de repolho com cenoura ralada e uma fatia de abacaxi	R26.422 Frango em iscas acebolado, arroz, feijão, farofa de couve, salada de agrião e uma ameixa	R26.156 Arroz colorido com carne (arroz integral, carne bovina moída, vagem e milho verde congelado), feijão, salada de beterraba ralada e uma fatia de mamão	FERIADO

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DE SANTA CATARINA
DIRETORIA DE ADMINISTRAÇÃO
GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR
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 – PARCIAL		**INTOLERÂNCIA À LACTOSE**			**NOVEMBRO/2026**
TURNOS	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 Vespertino Semana 4	R26.377 Macarronada de carne suína (macarrão espaguete com molho de tomate (feito na escola)), carne suína em cubos acebolada, salada de repolho picado, salada de cenoura cozida e uma fatia de abacaxi	R23.42IL Frango assado (coxa e sobrecoxa), arroz, feijão, creme de milho (com leite sem lactose), salada de abóbora com tempero verde e maçã.	LL25.467IL Pão massinha (sem lactose) com carne moída ensopada com molho de tomate (feito na escola), alface, tomate, suco de uva integral sem adição de açúcar e um pêssego.	R25.579IL Omelete de espinafre com queijo sem lactose e orégano (Fortaia), arroz, feijão, salada de chuchu com tempero verde e uma laranja.	R26.518 Carne de panela com batata (carne bovina em cubos, tomate, cebola e batata doce), arroz, feijão, salada de rúcula e uma banana
Noturno Semana 4	R26.377 Macarronada de carne suína (macarrão espaguete com molho de tomate (feito na escola)), carne suína em cubos acebolada, salada de repolho picado, salada de cenoura cozida e uma fatia de abacaxi	R23.42IL Frango assado (coxa e sobrecoxa), arroz, feijão, creme de milho (com leite sem lactose), salada de abóbora com tempero verde e maçã.	R26.901IL Carne bovina moída refogada com tomate e brócolis, arroz, feijão, purê de batata (feito com leite sem lactose), salada de alface e um pêssego	R25.579IL Omelete de espinafre com queijo sem lactose e orégano (Fortaia), arroz, feijão, salada de chuchu com tempero verde e uma laranja.	R25.79 Carne de panela com batata (carne bovina em cubos, tomate, cebola e batata doce), arroz, feijão, salada de rúcula e uma fatia de melancia

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DE SANTA CATARINA
DIRETORIA DE ADMINISTRAÇÃO
GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR
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 – PARCIAL	**INTOLERÂNCIA À LACTOSE**				**NOVEMBRO/2026**
TURNOS	Segunda – feira **30/11/2026**				
Matutino **Vespertino** Semana 5	R25.56 Carreteiro (arroz integral, carne bovina em iscas, tomate e cebola), cenoura refogada, salada de repolho e uma maçã				
Noturno Semana 5	R25.56 Carreteiro (arroz integral, carne bovina em iscas, tomate e cebola), cenoura refogada, salada de repolho e uma maçã				

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DE SANTA CATARINA
DIRETORIA DE ADMINISTRAÇÃO
GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
Número da escola (ex.: 76490) - Nome da Escola (ex.: EEB CASTRO ALVES) - Zona da escola (urbana ou rural)

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

Marina Bastos Paim - CRN10 10257 (RT)

RECOMENDAÇÕES DIETÉTICAS PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE:

● Devem ser excluídos todos alimentos e preparações que contenham lactose. Os alimentos que possuem lactose pertencem ao grupo de leite e derivados: leite de vaca, queijos, manteiga e iogurte. Para molhos ou preparações com recheio utilizar ingredientes que não contenham leite e derivados.

● 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 “sem lactose ” ou "zero lactose”.

● Alguns pães, biscoitos e bolos podem conter leite e derivados em sua composição, estes então não devem ser oferecidos aos alunos portadores de intolerância à lactose.

● Opções de substituição do leite de vaca: leite de vaca sem lactose, bebida vegetal (arroz, côco, amêndoas, aveia, castanhas ou soja).