Creche Dezembro 2026 2 - Intolerância à lactose

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 30/11/26	TERÇA - 01/12/26	QUARTA - 02/12/26	QUINTA - 03/12/26	SEXTA - 04/12/26
Café da manhã	Leite sem lactose	Leite sem lactose	Leite sem lactose	Leite sem lactose	Leite sem lactose
Lanche da manhã	Geleia banana/maça sem açúcar | Pão sem açucar | Chá mate natural sem açúcar	Geleia banana/maça sem açúcar | Pão sem açucar | Chá de camomila	Geleia banana/maça sem açúcar | Pão sem açucar | Chá de erva cidreira	Geleia banana/maça sem açúcar | Pão sem açucar | Chá de erva doce	Geleia banana/maça sem açúcar | Pão sem açucar | Chá de erva doce
Almoço	Batata inglesa cozida | Arroz cozido | Carne frango coxa e sobrecoxa desfiado com extrato de tomate	Sopa frango(coxa/sobrecoxa)batata/ cenoura/repolho, cab anjo	Feijão preto | Arroz cozido | Carne frango coxa e sobrecoxa desfiado com extrato de tomate | Carne moída com extrato de tomate | Salada de Chuchu	Polenta com molho de carne de frango | Salada de Pepino	Risoto de frango (arroz, frango, cheiro verde) | Salada de tomate
Lanche da Tarde	Fruta Laranja picada	Fruta banana picada/ amassada	Fruta Maça picada/ralada	Fruta pera picada/ amassada	Fruta mamão picado/amassado
Jantar	Sopa feijão legumes(batata/repolho)musculo, cab anjo	Feijão preto | Arroz cozido | Carne musculo refogado desfiado | Refogado Abobrinha picada simples	Sopa de frango (coxa/sobrecoxa)batata/cenoura/repolho, caramujinho	Feijão preto | Carne moída refogada | Arroz cozido | Salada de cenoura e tomate	Sopa frango(coxa/sobrecoxa)batata/ cenoura, cab anjo

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 07/12/26	TERÇA - 08/12/26	QUARTA - 09/12/26	QUINTA - 10/12/26	SEXTA - 11/12/26
Café da manhã	Leite sem lactose	Leite sem lactose	Leite sem lactose	Leite sem lactose	Leite sem lactose
Lanche da manhã	Geleia banana/maça sem açúcar | Pão sem açucar | Chá de erva doce	Geleia banana/maça sem açúcar | Pão sem açucar | Chá de erva doce	Geleia banana/maça sem açúcar | Pão sem açucar | Chá de camomila	Geleia banana/maça sem açúcar | Pão sem açucar | Chá de erva cidreira	Geleia banana/maça sem açúcar | Pão sem açucar | Chá mate natural sem açúcar
Almoço	Polenta com molho de carne de frango | Salada de Pepino	Arroz cozido | Refogado Abobrinha picada simples | Carne musculo refogado desfiado	Sopa feijão legumes(batata/repolho)musculo, cab anjo	Risoto de frango (arroz, frango, cheiro verde) | salada de couve flor	Arroz cozido | Feijão preto | Batata inglesa cozida | Carne músculo picado com extrato de tomate
Lanche da Tarde	Fruta pera picada/ amassada	Fruta banana picada/ amassada	Fruta mamão picado/amassado	Fruta abacate	Fruta morango picado/amassado
Jantar	Feijão preto | Carne moída refogada | Arroz cozido | Salada de cenoura e tomate	Sopa feijão, legumes(batata/couve) cab anjo	Salada de beterraba | Arroz cozido | Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada	Sopa frango(coxa/sobrecoxa)batata/ cenoura, cab anjo	Polenta com molho de carne de frango | Salada de alface e cenoura

Observações: _____

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 14/12/26	TERÇA - 15/12/26	QUARTA - 16/12/26	QUINTA - 17/12/26	SEXTA - 18/12/26
Café da manhã	Leite sem lactose	Leite sem lactose	Leite sem lactose	Leite sem lactose	Leite sem lactose
Lanche da manhã	Geleia banana/maça sem açúcar | Pão sem açucar | Chá de erva doce	Geleia banana/maça sem açúcar | Pão sem açucar | Chá de hortelã	Geleia banana/maça sem açúcar | Pão sem açucar | Chá mate natural sem açúcar	Geleia banana/maça sem açúcar | Pão sem açucar | Chá de camomila	Geleia banana/maça sem açúcar | Pão sem açucar | Chá de erva cidreira
Almoço	Batata inglesa cozida | Carne moída com extrato de tomate | Arroz cozido	Polenta com molho de carne de frango | Salada de Pepino	Feijão preto | Refogado de couve | Arroz cozido | Carne musculo refogado desfiado	Sopa feijão legumes(batata/chuchu) cab anjo	Risoto de frango (arroz, frango, cheiro verde) | Salada de Chuchu
Lanche da Tarde	Fruta Maça picada/ralada	Fruta abacate	Fruta banana picada/ amassada	salada fruta 3 (banana/maça/mamão)	Fruta mamão picado/amassado
Jantar	Sopa feijão legumes(batata/repolho)musculo, cab anjo	Arroz cozido | Feijão preto | Carne frango coxa e sobrecoxa desfiado com extrato de tomate | Batata inglesa cozida	Sopa frango(coxa/sobrecoxa)batata/ cenoura/repolho, cab anjo	Arroz cozido | Carne músculo picado com extrato de tomate | Salada de tomate	Sopa feijão legumes(cenoura/chuchu) cab anjo

Observações: _____