

CARDÁPIO MERENDA ESCOLAR DE VÁRZEA PAULISTA
PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA
CARDÁPIO DE OUTUBRO 2018

Escola: CEMEBs

NECESSIDADES NUTRICIONAIS ESPECÍFICAS

RESTRIÇÕES		CARDÁPIO ESCOLAR	
DOENÇA CELIACA		USO	SUBSTITUIR
Intolerância a glúten	Trigo Aveia Cevada Malte Ovomaltine Leites achocolatados Queijos Enlatados PTS Temperos industrializados	Extrato Tomate Colorau	
DIABETES		USO	SUBSTITUIR
Alto índice açúcar	Açúcar Mel Doces Biscoitos Sorvetes Geléias Grãos Refinados	Suco fruta abacaxi Biscoitos Bolinho Sucos em geral Macarrão Arroz	sem açúcar fruta fruta sem açúcar aumento legumes/salada e proteína do dia aumento legumes/salada e proteína do dia
HIPERTENSAO		USO	SUBSTITUIR
Contração Vasos sanguíneos	Sal Carne Gordurosa Extrato Tomate Enlatados Milho/Ervilha	Sal Carnes Extrato tomate	Inclusão ervas Sem alta gordura Reduzir
ALERGIAS		USO	SUBSTITUIR
	Leite Ovos Oleaginosas Amendoim Trigo Soja	PTS	Retirar
INTOLERANCIA ALIMENTAR LACTOSE		USO	SUBSTITUIR
	Industrializados Embutidos Leite	Extrato tomate Salsicha Sucrilhos	Redução 1x mês Sem Leite