



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

Escola: CEMEBs

NECESSIDADES NUTRICIONAIS ESPECÍFICAS

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