

ADEQUAÇÃO DE CARDÁPIO – Alergia a peixe

Descrição: Alergia Alimentar é uma reação do sistema imunológico, podendo levar a choque anafilático quando há contato com o alérgeno. A severidade dos sintomas depende da quantidade ingerida e da quantidade do alérgeno que cada pessoa pode tolerar.

Objetivos da dieta: Excluir o alérgeno PEIXE ou FRUTOS DO MAR da dieta

Excluir	→	Substituir por	Outras orientações
1) Peixes (polaca, tilápia, atum, sardinha, etc)		1) Carnes, ovos ou frango	Separar os utensílios das preparações para que não haja contaminação cruzada;
2) macarrão com atum		2) macarrão com carne moída ou outra carne	Observar a lista de ingredientes dos alimentos para que não haja a presença dos alérgenos;
			Separar anteriormente porção dos substitutos para os dias que alimentos com peixe estiver no cardápio

CARDÁPIO

	BERÇÁRIO MATERNAL	PRÉ-ESCOLA FUNDAMENTAL / EJA I
Almoço	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão
	Carne ou Frango ou Ovo (exceto peixes)	Carne ou Frango ou Ovo (exceto peixes)
	Legumes / verduras	Legumes / verduras
Sobremesa	Fruta	Fruta
Lanche	Biscoito + Fórmula infantil ou leite	Biscoito + Leite com achocolatado
Pré-janta	Sopa com carne e legumes ou Canja	


 Isabel Santana Correia da Silva
 RG: 23.236.169-1
 Chefe de Divisão de Nutrição