

ADEQUAÇÃO DE CARDÁPIO – Doença celíaca ou intolerância ao glúten

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 TRIGO ou GLÚTEN da dieta

Excluir	→ Substituir por	Outras orientações
1) Pão, bolo, biscoitos	1) Biscoito isento de trigo e glúten	Separar os utensílios das preparações para que não haja contaminação cruzada;
2) Macarrão	2) Arroz	Observar a lista de ingredientes dos alimentos para que não haja a presença dos alérgenos;
3) achocolatado e compostos lácteos	3) achocolatado diet	Separar anteriormente porção dos substitutos para os dias que alimentos com trigo estiver no cardápio
4) Alimentos com trigo em datas comemorativas	4) Receitas/Alimentos especiais	

CARDÁPIO

	BERÇÁRIO MATERNAL	PRÉ-ESCOLA FUNDAMENTAL / EJA I
Almoço	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão
	Carne	Carne
	Legumes / verduras	Legumes / verduras
Sobremesa	Fruta	Fruta
Lanche	Fruta + Fórmula infantil ou leite	Fruta ou biscoito isento de trigo e glúten + Leite com achocolatado diet
Pré-janta	Sopa (sem macarrão) com carne e legumes ou Canja	