



# CARDÁPIO OUTUBRO 2017

REFEIÇÃO	02/10/17 Segunda-feira	03/10/17 Terça-feira	04/10/17 Quarta-feira	05/10/17 Quinta-feira	06/10/17 Sexta-feira	09/10/17 Segunda-feira	10/10/17 Terça-feira	11/10/17 Quarta-feira	12/10/17 Quinta-feira	13/10/17 Sexta-feira
LANCHE MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	<b>F E R V A D O</b>	Fruta
ALMOÇO/ JANTA	Arroz/Lentilha Frango DESFIADO c/ vagem + cenoura crua e chuchu cozido	Arroz/ Feijão/ Panqueca colorida de carne + brócolis e chuchu coz	Arroz/ Feijão/ Hambúrguer c/ batata inglesa + brócolis e cenoura crua	Arroz integral/ Feijão Macarrão c/ carne moída + moranga e beterraba cozida	Arroz/ Feijão/ Lasanha de frango c/ milho + couve-flor e cenoura cozidos	Arroz/Feijão/Carne moída c/ chuchu + brócolis e abobrinha coz	Arroz/ Feijão/ Frango DESFIADO c/ molho + chuchu e cenoura cozidos	Arroz/Feijão/Carne c/ batata inglesa + abobrinha e cenoura cozida		Arroz/Lentilha/ Filé de peixe /batata doce +Vagem e repolho roxo coz
MERENDA	Bisnaguinha c/ manteiga s/ sal + iogurte	Saladinha de frutas	Bolo de laranja + chá + fruta	Biscoito água e sal + chá + fruta	<b>DIA DA FRUTA</b>	Tortinha de frango c/ vagem	Mingau de aveia + fruta	Pão francês c/ geléia de fruta + iogurte		<b>DIA DA FRUTA</b>
REFEIÇÃO	16/10/17 Segunda-feira	17/10/17 Terça-feira	18/10/17 Quarta-feira	19/10/17 Quinta-feira	20/10/17 Sexta-feira	23/10/17 Segunda-feira	24/10/17 Terça-feira	25/10/17 Quarta-feira	26/10/17 Quinta-feira	27/10/17 Sexta-feira
LANCHE MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
ALMOÇO/JANTA	Risoto de frango DESFIADO/ Feijão + beterraba e cenoura crus ralado	Arroz/ Feijão/ Macarrão c/ carniinha picada + cenoura e beterraba cozidos	Arroz/ Feijão/ Frango ao CUBO c/ milho + couve-flor e beterraba cozidos	Arroz/ Feijão / Carne de panela desfiada c/ cenoura +tomate e repolho cozidos	Arroz/Feijão/ Carne picadinha c/ couve + chuchu e beterraba coz	Carreiroiro <b>C/OVO</b> / Feijão + brócolis e chuchu cozidos	Arroz / Feijão/ Polenta mole c/ molho de carne moída + cenoura e abobrinha cozidas	Arroz/ Feijão/ Franguinho picadinho/ Purê de batata + beterraba e repolho cozidos	Arroz/Feijão/ Almondega c/ molho + Ref. de couve e cenoura coz	Escondidinho de frango c/ molho e ervilha/ Feijão/ Batata doce + espinafre e vagem cozidos
MERENDA	Biscoito maria + iogurte + Fruta picada	Bolo de cenoura + Chá+ fruta	Bisnaguinha c/ requeijão + chá	Bolinho assado de inhame	<b>DIA DA FRUTA</b>	Biscoito água e sal + chá + fruta	Pãozinho caseiro c/ manteiga +Chá	Biscoito sortido + Chá+ fruta	Papa de fruta	<b>LANCHE DA FAMÍLIA</b>
REFEIÇÃO	30/10/17 Segunda-feira	31/10/17 Terça-feira								
LANCHE MANHÃ	Fruta	Fruta								
ALMOÇO/JANTA	Arroz/ Feijão/ Carne moída c/ abobrinha +cenoura e beterraba coz	Arroz/ Feijão/ Sufê de chuchu e frango/ Ref. couve e vagem								
MERENDA	Mingau de aveia + fruta	Papa de fruta								
										
<p>OBS. CARDÁPIO ADAPTADO COM ALIMENTOS ESPECÍFICOS PARA ALUNOS COM ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA (APLV) E/OU INTOLERÂNCIA ALIMENTAR.</p> <p>Obs. Cardápio sujeito a modificações, conforme combinação prévia com nutricionista e direção.</p> <p>Frutas, verduras e legumes da época.</p>										
<p>Nutr. Ana Paula Castanho – CRN2 13789</p>										