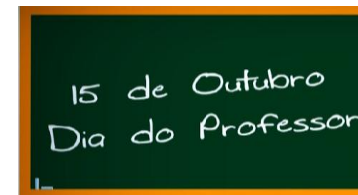


# CARDÁPIO - Outubro de 2015



REFEIÇÃO	12 de outubro Dia das Crianças		Quinta-feira 01/10/2015	Sexta-feira 02/10/2015	Segunda-feira 05/10/2015	Terça-feira 06/10/2015	Quarta-feira 07/10/2015	Quinta-feira 08/10/2015	Sexta-feira 09/10/2015	
LANCHE DA MANHÃ			Fruta	Fruta	FERIADO!	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
ALMOÇO/JANTAR			Arroz branco/lentilha Carne moída c/ cenoura + couve refogada e beterraba cozida	Arroz branco/lentilha Cubos de frango com vagem + cenoura e chuchu cozidos	Arroz/feijão Panqueca colorida de carne + alface e tomate	Arroz branco/lentilha Frango em cubos c/ batata inglesa + brócolis e cenoura cozidos	Arroz integral/feijão Macarrão com carne moída + couve chinesa crua e beterraba cozida	Arroz branco/lentilha Almondega de frango c/ molho + couve-flor e cenoura cozidas	Arroz branco/feijão Carne picada com moranga + brócolis e chuchu cozidos	
MERENDA			Bisnaguinha c/ margarina s/sal + iogurte	<b>DIA DA FRUTA</b>	Cereal s/ açúcar com iogurte	Sanduíche c/ queijo + fruta	Bolo de laranja + chá	Pão francês c/ geléia de fruta + fruta	<b>DIA DA FRUTA</b>	
REFEIÇÃO	Segunda-feira 12/10/2015	Terça-feira 13/10/2015	Quarta-feira 14/10/2015	Quinta-feira 15/10/2015	Sexta-feira 16/10/2015	Segunda-feira 19/10/2015	Terça-feira 20/10/2015	Quarta-feira 21/10/2015	Quinta-feira 22/10/2015	Sexta-feira 23/10/2015
LANCHE DA MANHÃ	<b>FERIADO!</b>		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
ALMOÇO/JANTAR	<b>FERIADO!</b>		Arroz integral/feijão Carne com batata inglesa + couve chinesa crua e cenoura cozida	Arroz branco/lentilha Fricassê de frango + alface e tomate	Carreteiro c/ ovo cozido picado/feijão + brócolis e chuchu cozidos	Risoto de frango/feijão + alface e cenoura cozida	Arroz branco/lentilha Almondegas de carne c/ molho + couve chinesa crua e beterraba cozida	Arroz integral/feijão Carne picada c/ cenoura + alface e tomate	Arroz branco/lentilha Galinhada com milho + tomate e cenoura cozida	Arroz branco/feijão Macarrão com sardinha + cenoura e beterraba cozidas
MERENDA	<b>FERIADO!</b>		Sanduíche c/ queijo + fruta	Bisnaguinha c/ margarina s/sal + iogurte	<b>DIA DA FRUTA</b>	Biscoito "água e sal" + fruta	Pão francês c/ margarina + vitamina de banana	Sanduíche c/ queijo + fruta	Bisnaguinha c/ margarina s/sal + iogurte	<b>DIA DA FRUTA</b>
REFEIÇÃO	Segunda-feira 26/10/2015	Terça-feira 27/10/2015	Quarta-feira 28/10/2015	Quinta-feira 29/10/2015	Sexta-feira 30/10/2015					
LANCHE DA MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta					
ALMOÇO/JANTAR	Arroz branco/lentilha Polenta mole c/ molho de carne moída + cenoura e beterraba cozidas	Arroz branco/feijão Panqueca colorida de frango + couve chinesa e chuchu cozido	Arroz integral/feijão Carne moída com abobrinha + alface e tomate	Arroz branco/lentilha Frango desfiado c/ molho + couve-flor e cenoura cozidas	Arroz branco/feijão Carne de panela c/ couve-flor + beterraba e chuchu cozidos					
MERENDA	Sanduíche c/ queijo + fruta	Bolo de cenoura + chá	Pão francês c/ margarina + vitamina de mamão	Bisnaguinha c/ margarina s/sal + iogurte	<b>LANCHE DA FAMÍLIA</b>					



Obs.: Cardápio sujeito a modificações, conforme combinação prévia com nutricionista e direção.

Nutricionista Jéssica Mansson

CRN2 12394