






# Cardápio de Outubro - 2014

REFEIÇÃO			01/10/14 Quarta	02/10/14 Quinta	03/10/14 Sexta	06/10/14 Segunda	07/10/14 Terça	08/10/14 Quarta	09/10/14 Quinta	10/10/14 Sexta	
LANCHE MANHÃ			Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
ALMOÇO/JANTA			Arroz/ Feijão Lasanha de abobrinha com carne moída Salada	Arroz/Feijão Panqueca de frango Salada	Feijão Carreteiro com ovinho picado Salada	Arroz/ Feijão Escondidinho de carne moída Salada	Arroz/ Lentilha Hamburguer assado Moranga refogada Salada	Arroz com espinafre Feijão Guisadinho ao sugo Salada	Arroz/ Feijão Frango à xadrez (com brócolis e cenoura) Salada	Feijão Carreteiro com queijo ralado Salada	
MERENDA			Sanduiche de frios Suco de fruta	Bolo de cenoura Chá	DIA DA FRUTA 	Biscoito sortido iogurte	Pizza caseira de sardinha Suco de gelatina	Pãozinho com requeijão Suco de fruta	Torta de bolacha	DIA DA FRUTA 	
REFEIÇÃO	13/10/14 Segunda	14/10/14 Terça	15/10/14 Quarta	16/10/14 Quinta	17/10/14 Sexta	20/10/14 Segunda	21/10/14 Terça	22/10/14 Quarta	23/10/14 Quinta	24/10/14 Sexta	
LANCHE MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
ALMOÇO/JANTA	Arroz integral Feijão Estrogonofe Batata Palha Salada	Arroz/ Feijão Vermelho Frango com moranga e milho Salada	Arroz/ Feijão Peixe assado Batata Sauté Salada	Arroz/ Feijão Panqueca de frango Salada	Feijão Carreteiro com cenoura Salada	Arroz com cenoura Feijão Frango desfiado ao sugo Salada	Arroz/Lentilha Purê de batata Com carne Salada	Arroz/ Feijão Salsichão assado Polenta cremosa Salada	Arroz/Feijão Massa com molho de galinha Salada	Feijão Carreteiro com ovinho picado Salada	
MERENDA	Bisnaguinha com patê Achocolatado	Bolo de laranja Suco de fruta	Pão francês com pastinha de cenoura com requeijão Chá	Gelatina com maçã	DIA DA FRUTA 	Pãozinho com margarina Suco de gelatina	Bolo mesclado Suco de fruta	Sucrilhos iogurte	Pão caseiro com doce de leite Chá	DIA DA FRUTA 	
REFEIÇÃO	27/10/14 Segunda	28/10/14 Terça	29/10/14 Quarta	30/10/14 Quinta	31/10/14 Sexta	<b>Obs.:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cardápio liberado para alunos a partir do pré materno, respeitando as liberações de dieta do pediatra e responsáveis.</li> <li>• Os bolos oferecidos serão sem recheio e cobertura;</li> <li>• Cardápio sujeito a alterações, conforme combinação prévia com a nutricionista;</li> <li>• Serão oferecidas saladas cruas e cozidas.</li> </ul>					
LANCHE MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta						
ALMOÇO/JANTA	Feijão Arroz com galinha Salada	Arroz/ Lentilha Guisadinho com couve Salada	Arroz com espinafre Feijão Ensopadinho de frango Salada	Arroz integral Feijão Lasanha de carne Salada	Feijão Risoto com brócolis Salada						
MERENDA	Pãozinho com margarina Achocolatado	Torrinhas com margarina e orégano Suco de fruta	Flan de baunilha com banana	Bolo de chocolate Suco de fruta	LANCHE DA FAMÍLIA						