1ª Semana: de 01 a 03 de Outubro

1" Semana: de 01 à 03 de Outubro						
Refeição	Segunda-feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	
			01/10	02/10	03/10	
Lanche da			Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta	
			Natural Laranja	Natural de	Natural de Acerola	
Manhã			14: 15 1	Maracujá		
			Mini Bolo de	Mini Pão de Leite	Mini Pizza	
				com Crean Cheese	F , , ,	
			Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	
Almoço			Macarrão ao	Arroz Branco e	Arroz Branco e	
,			Molho Bolonhesa	Feijão Carioca	Feijão Carioca	
			Arroz Branco e			
			Feijão Carioca			
Prato				Coxa e Sobrecoxa	Carne Assada	
Principal				Assado		
Guarnição			Panachê de	Chuchu Refogado	Couve-Flor	
			Legumes		Gratinada	
Salada			Salada	Salada	Salada	
Sobremesa			Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	
			Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta	
			Natural de Limão	Natural de Uva	Natural de Abacaxi	
Lanche da Tarde					com Hortelã	
			Esfiha de Carne	Milho Debulhado	Mini Pão de	
Tarue			enriquecida com		Batata Enriquecido	
			Linhaça	Emite de Éner-	com Linhaça	
			Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	
Jantar			Arroz Branco e	Arroz Branco e	Arroz Branco e	
B 4			Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	
Prato			Omelete de	Escondidinho de	Peixe Assado	
Principal			Legumes	Carne Moída		
Salada			Salada de Alface	Salada Alface	Salada de Rúcula	
			Americana	Crespa		
Sobremesa			Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	
Cardápio sujeito a alterações.						

<u>Observação Importante</u>: Cardápio sujeito a alterações devido à sazonalidade de produtos. Todos os dias será oferecida uma fruta da época como sobremesa.

2ª Semana: de 06 a 10 de Outubro

	ana. ue oo a no				
Refeição	Segunda-feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	06/10	07/10	08/10	09/10	10/10
	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta
Lanche da	Natural de	Natural de	Natural Limão	Natural	Natural
	Maracujá	Laranja			
Manhã	Queijo Quente	Milho Debulhado	Rolinhos de	Mini Pão de Batata	Tapioca com
	- , -		Frango com		Geleia de Frutas
			cenoura		
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
	'	'	'	'	'
Almoço	Arroz Branco e	Arroz Branco e	Macarrão ao Molho	Arroz Branco e	Arroz Branco e
7	Feijão Preto	Feijão Carioca	Bolonhesa ou	Feijão Carioca	Lentilha
	,	,	Arroz Branco e	,	
			Feijão Carioca		
Prato	Filé de Frango	Filezinho de	Carne Moída	Estrogonofe de	Carne Assada
Principal	Grelhado	Carne	Refogada	Frango	
	Course Deferrede	Durâ de Betete	lardinaira da	Abábara Assada	Chuchu Salteado
Guarnição	Couve Refogada	Purê de Batata	Jardineira de Legumes	Abóbora Assada	
Salada	Ovo de Codorna	Salada	Salada	Salada	Salada
Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
	Suco de Fruta	Leite com	Suco Integral de	Suco de Fruta	Suco de Fruta
	Natural de Limão	Achocolatado ou	Uva	Natural	Natural
I amala ada		Suco de Fruta			
Lanche da Tarde		Natural			
	Bolo Formigueiro	Mini Muffin de	Mini Pizza de Pão	Mini Esfiha de	Mini Pizza
		Legumes e	de Forma	Queijo Enriquecida	
		Carne		com Linhaça	
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Jantar	Arroz Branco e	Arroz Branco e	Arroz Branco e	Arroz Branco e	Arroz Branco e
	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca
Prato	Carne Assada	Cação Assado	Sobrecoxa de	Carne em Cubos	Omelete de
Principal		com Ervas	Frango ao Molho	Refogada com	Legumes
Fillicipal			de Tomates	legumes e Tomate	J
Salada	Salada	Salada	Salada	Salada	Salada
Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Cardápio sujeito a alterações.					

Observação Importante: Cardápio sujeito a alterações devido à sazonalidade de produtos. Todos os dias será oferecida uma fruta da época como sobremesa.

3ª Semana: de 13 a 17 de Outubro

		de Outubro	Occarda Faire	Outute False	Ossats Esiss
Refeição	Segunda-feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	13/10	14/10	15/10	16/10	17/10
	Antecipação Dia	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta
Lanche da	dos Professores	Natural de	Natural de Limão	Natural de Laranja	Natural de
Manhã		Maracujá			Maracujá
Wallia	Antecipação Dia		Brioche com Geleia	Mini Esfiha de	Mini Pizza
	dos Professores	com Gotas de	Caseira	Queijo	
		Chocolate	,	,	,
	Antecipação Dia	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
	dos Professores				
Almoço	Antecipação Dia	Arroz Branco e	Macarrão a	Arroz Branco e	Arroz Branco e
Annogo	dos Professores	Feijão Carioca	Bolonhesa ou	Feijão Carioca	Feijão carioca
			Arroz Branco e	,	,
			Feijão Carioca		
Prato	Antecipação Dia	Isca de peixe	-	Cação Empanado	Carne em Cubos
Principal	dos Professores	Empanado ao		com Aveia	
Tillcipal		forno			
Guarnição	Antecipação Dia	Cenoura	Mandioquinha	Couve Refogada	Batata Corada
	dos Professores	Salteada	Sautê		
Salada	Antecipação Dia	Salada	Salada	Salada	Salada
	dos Professores				
Sobremesa	Antecipação Dia	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
	dos Professores				
	Antecipação Dia	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco Integral de	Suco Natural de
	dos Professores	Natural de	Natural de	Uva	Limão
Lanche da		Laranja	Maracujá		
	Antecipação Dia	Mini Pão de	Bolo de Leite Ninho	Pão de Batata com	Mini Pastel de
Tarde	dos Professores	Queijo	com Frutas	requeijão	Carne
			Vermelhas		(ASSADO)
	Antecipação Dia	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
	dos Professores				
Jantar	Antecipação Dia	Arroz Branco e	Arroz Branco e	Arroz Branco e	Arroz Branco e
•	dos Professores	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão
Prato	Antecipação Dia	Carne Assada	Sobrecoxa Assada	Hamburguer	Frango em Cubos
Principal	dos Professores		Crocante	Caseiro (carne e	Colorido
Tillcipal				cenoura)	
Salada	Antecipação Dia	Salada	Salada	Salada	Salada
	dos Professores				
Sobremesa	Antecipação Dia	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
	dos Profesores				
Cardápio sujeito a alterações.					

Observação Importante: Cardápio sujeito a alterações devido à sazonalidade de produtos. Todos os dias será oferecida uma fruta da época como sobremesa.

4 a Semana: de 21 a 25 de Outubro

	iaria. de 21 a 20				
Refeição	Segunda-feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	20/10	21/10	22/10	23/10	24/10
	Suco Fruta Natural			Suco de Fruta	Suco de Fruta
	de Maracujá	Uva	Natural de Limão	Natural Laranja	Natural de
Lanche da	de Maracuja	Ova	Natural de Limao	Naturai Laranja	Maracujá
Manhã	Mini Dan de Occile	Dala da Halla	Da	M:: F - £11-	
	Mini Pão de Queijo	Bolo do Hulk	Pão de Gergelim	Mini Esfiha de	Mini Pão de
		com Cobertura	com Queijo Prato	Carne	Cenoura com
		de cacau			Cream Cheese
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
		'			
Almaga	Arroz Branco e	Arroz Branco e	Macarrão a	Arroz Branco e	Arroz Branco e
Almoço	Feijão Carioca		Bolonhesa ou Arroz	Feijão Carioca	Feijão Carioca
	l Feljau Carloca	reijao Garioca	Branco e Feijão	reijao Carioca	reijao Carioca
			,		
	O T:	0 ~	Carioca	E 0.1	D:(D
Prato	Carne em Tiras	Cação		Frango em Cubos	Bife a Role
Principal		Grelhado			(cenoura)
Guarnição	Repolho Refogado	Purê de Batata	Espinafre	Legumes	Acelga Refogada
Guarriição			Refogado	Salteados	
Salada	Salada	Salada	Salada	Salada	Salada
				- · · · É	
Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta
	Natural de Limão	Natural de		Natural de Abacaxi	
		Laranja	Maracujá	com Hortelã	
Lanche da	Bisnaguinha com	Pão de Leite	Bolo de Frutas	Queijo Quente	Mini Pizza
Tarde	Muçarela	com Cream	Vermelhas	Queijo Querite	IVIII I IZZa
	ividçarcia	Cheese	Vermenias		
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
	Fiula da Epoca	riula da Epoca	Fruia da Epoca	riula da Epoca	riula da Epoca
Jantar	Arroz Branco e	Arroz Branco e	Arroz Branco e	Arroz Branco e	Arroz Branco e
Januar	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca
Prato	Frango Assado	Carne Moída	Frango Crocante	Rocambole de	Cação em Posta
		com Legumes		Carne com	Assado
Principal				Legumes	,
Salada	Salada	Salada	Salada	Salada	Salada
Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Sobielliesa	Truta da Epoca	i ruta da Epoca		-	
Cardápio sujeito a alterações.					

Observação Importante: Cardápio sujeito a alterações devido à sazonalidade de produtos. Todos os dias será oferecida uma fruta da época como sobremesa.

Cardápio Mensal Outubro 2024

5 a Semana: 28 a 31 de Outubro

Refeição	Segunda-feira 28/10	Terça-Feira 29/10	Quarta-Feira 30/10	Quinta-Feira 31/10	Sexta-Feira	
Lanche da Manhã	Suco Integral de Uva	Suco de Fruta Natural de Limão	Suco de Fruta Natural de Laranja	Suco de Fruta Natural de Maracujá		
Wiaiiia	Pão de Queijo	Bolo de Banana e Canela	Mini Pão de Batata	Queijo Quente		
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época		
Almoço	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Macarrão a Bolonhesa ou Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca		
Prato Principal	Isca de Peixe Empanado Assado	Carne Assada		Carne em Cubos com Legumes		
Guarnição	Purê de Batata	Cenoura Salteada	Mandioquinha com Vagem	Brócolis ao Vapor		
Salada	Salada	Salada	Salada	Salada		
Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época		
	Suco de Fruta Natural de Laranja	Suco Natural de Maracujá	Suco de Fruta Natural Limão	Suco Integral de Uva		
Lanche da Tarde	Pão de Gergelim em Pasta de Frango	Brioche com Geleia Caseira	Mini Esfiha de Carne	Mini Pão Francês com Muçarela e Tomate		
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época		
Jantar	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca		
Prato Principal	Estrogonofe de Carne (Inhame)	Sobrecoxa Assada	Omelete de Legumes	Filé de Frango Grelhado		
Salada	Salada	Mix de Folhas	Salada	Salada		
Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época		
Cardápio sujeito a alterações.						

Observação Importante: Cardápio sujeito a alterações devido à sazonalidade de produtos. Todos os dias será oferecida uma fruta da época como sobremesa.