

OUTUBRO/2023

CARDÁPIO

Sistema híbrido

	SEGUNDA-FEIRA 02/10/2023	TERÇA-FEIRA 03/10/2023	QUARTA-FEIRA 04/10/2023	QUINTA-FEIRA 05/10/2023	SEXTA-FEIRA 06/10/2023
CAFÉ DA MANHÃ (TODOS JUNTOS) 6h50	Biscoito tipo Cream Cracker + Leite integral com cacau e açúcar	Banana + Barra de fruta + Leite integral com cacau e açúcar	Biscoito tipo Cream Cracker + Leite integral com cacau e açúcar	Banana + Barra de fruta + Leite integral com cacau e açúcar	Biscoito tipo Cream Cracker + Leite integral com cacau e açúcar
LANCHE DA MANHÃ (INTEGRAL) 9h15	Maçã	Mexerica	Maçã	Banana	Maçã
LANCHE I (PARCIAL) A partir das 9h25	Pão com carne moída bovina (Pão francês com carne moída bovina, molho de tomate e cenoura ralada)	Frango com cenoura e cebola + Arroz branco + Feijão carioca + Banana	Arroz com pernil em cubos e cenoura + Feijão carioca + Maçã	Arroz com carne moída bovina e cenoura + Pipoca	Cachorro quente (pão tipo hot dog com salsicha ao molho e purê de batata)
ALMOÇO (INTEGRAL) 11h20	Carne moída bovina com cenoura + Arroz branco + Feijão carioca + Salada de repolho com cenoura	Frango com cenoura e cebola + Arroz branco + Feijão carioca + Salada de beterraba (cozida e temperada)	Carne suína em cubos com batata + Arroz branco + Tutu de feijão (feijão carioca com farinha de mandioca e couve)	Purê de batata com carne moída e extrato de tomate + Arroz + Feijão Carioca + Salada de Alface	Galinhada (Arroz + frango em cubos com cenoura) + Feijão carioca + Salada de acelga com tomate
LANCHE I (PARCIAL) Das 12h50 às 13h	Biscoito tipo Cream Cracker	Banana	Maçã	Banana	Maçã
LANCHE DA TARDE (INTEGRAL) 14h	Pão com carne moída bovina (Pão francês com carne moída bovina, molho de tomate e cenoura ralada)	Biscoito tipo Cream Cracker + iogurte (embalagem individual)	Biscoito tipo Cream Cracker + iogurte (embalagem individual)	Pipoca + Suco de melancia	Cachorro quente (pão tipo hot dog com salsicha ao molho e purê de batata)
LANCHE II (PARCIAL) A partir das 15h15	Pão com carne moída bovina (Pão francês com carne moída bovina, molho de tomate e cenoura ralada)	Frango com cenoura e cebola + Arroz branco	Arroz com pernil em cubos e cenoura + Feijão carioca	Arroz com carne moída bovina e cenoura + Pipoca	Cachorro quente (pão tipo hot dog com salsicha ao molho e purê de batata)

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia e por escrito do nutricionista responsável:
Cleunice Ramos Domingos Bernardes, CRN- 3 58793

OUTUBRO/2023

CARDÁPIO

Sistema híbrido

	SEGUNDA-FEIRA 09/10/2023	TERÇA-FEIRA 10/10/2023	QUARTA-FEIRA 11/10/2023	QUINTA-FEIRA 12/10/2023	SEXTA-FEIRA 13/10/2023
CAFÉ DA MANHÃ (TODOS JUNTOS) 6h50	Biscoito tipo Cream Cracker + Leite integral com cacau e açúcar	Banana + Barra de fruta + Leite integral com cacau e açúcar	Biscoito tipo Cream Cracker + Leite integral com cacau e açúcar	FERIADO	PONTE DO FERIADO
LANCHE DA MANHÃ (INTEGRAL) 9h15	Maçã	Mexerica	Maçã	FERIADO	PONTE DO FERIADO
LANCHE I (PARCIAL) A partir das 9h25	Frango com cenoura e cebola + Arroz branco	Arroz com carne bovina em cubos e cenoura + Feijão carioca	Galinhada (Arroz + frango em cubos com cenoura) + Feijão carioca	FERIADO	PONTE DO FERIADO
ALMOÇO (INTEGRAL) 11h20	Frango com cenoura e cebola + Arroz branco + Feijão carioca + Salada de repolho com cenoura	Carne bovina em cubos com batata + Arroz branco + Feijão carioca + Salada de beterraba (cozida e temperada)	Galinhada (Arroz + frango em cubos com cenoura) + Feijão carioca + Salada de alface	FERIADO	PONTE DO FERIADO
LANCHE I (PARCIAL) Das 12h50 às 13h	Biscoito tipo Cream Cracker	Biscoito tipo Cream Cracker	Biscoito tipo Cream Cracker	FERIADO	PONTE DO FERIADO
LANCHE DA TARDE (INTEGRAL) 14h	Biscoito tipo Cream Cracker + iogurte (embalagem individual)	Biscoito tipo Cream Cracker + Leite integral com cacau e açúcar	Biscoito tipo Cream Cracker + iogurte (embalagem individual)	FERIADO	PONTE DO FERIADO
LANCHE II (PARCIAL) A partir das 15h15	Frango com cenoura e cebola + Arroz branco + Feijão carioca	Arroz com carne bovina em cubos e cenoura + Feijão carioca	Galinhada (Arroz + frango em cubos com cenoura)	FERIADO	PONTE DO FERIADO

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia e por escrito do nutricionista responsável:
Cleunice Ramos Domingos Bernardes, CRN- 3 58793

OUTUBRO/2023

CARDÁPIO

Sistema híbrido

	SEGUNDA-FEIRA 16/10/2023	TERÇA-FEIRA 17/10/2023	QUARTA-FEIRA 18/10/2023	QUINTA-FEIRA 19/10/2023	SEXTA-FEIRA 20/10/2023
CAFÉ DA MANHÃ (TODOS JUNTOS) 6h50	Biscoito tipo Cream Cracker + Leite integral com cacau e açúcar	Banana + Barra de fruta + Leite integral com cacau e açúcar	Biscoito tipo Cream Cracker + Leite integral com cacau e açúcar	Banana + Barra de fruta + Leite integral com cacau e açúcar	Biscoito tipo Cream Cracker + Leite integral com cacau e açúcar
LANCHE DA MANHÃ (INTEGRAL) 9h15	Maçã	Mexerica	Maçã	Banana	Maçã
LANCHE I (PARCIAL) A partir das 9h25	Galinhada (Arroz + frango em cubos com cenoura)	Arroz com carne moída bovina e cenoura + Feijão carioca + Banana	Estrogonofe de frango + Arroz branco + Mexerica	Arroz com pernil em cubos e cenoura + Feijão carioca + Maçã	Frango com cenoura e cebola + Arroz branco
ALMOÇO (INTEGRAL) 11h20	Galinhada (Arroz + frango em cubos com cenoura) + Feijão carioca + Salada de repolho com cenoura	Carne moída bovina com cenoura + Arroz branco + Feijão carioca + Salada de beterraba (cozida e temperada)	Estrogonofe de frango + Arroz branco	Carne suína em cubos com batata + Arroz branco + Tutu de feijão (feijão carioca com farinha de mandioca e couve)	Frango com cenoura e cebola + Arroz branco + Feijão carioca + Salada de alface
LANCHE I (PARCIAL) Das 12h50 às 13h	Biscoito tipo Cream Cracker	Banana	Mexerica	Maçã	Maçã
LANCHE DA TARDE (INTEGRAL) 14h	Biscoito tipo Cream Cracker + Iogurte (embalagem individual)	Mexerica + Maçã	Melancia + Maçã	Mamão + Banana	Biscoito de polvilho + Iogurte (embalagem individual)
LANCHE II (PARCIAL) A partir das 15h15	Galinhada (Arroz + frango em cubos com cenoura) + Feijão carioca	Arroz com carne moída bovina e cenoura	Estrogonofe de frango + Arroz branco	Arroz com pernil em cubos e cenoura + Maçã	Frango com cenoura e cebola + Arroz branco + Feijão carioca

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia e por escrito do nutricionista responsável:
Cleunice Ramos Domingos Bernardes, CRN- 3 58793



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Setor de Nutrição

OUTUBRO/2023

CARDÁPIO

Sistema híbrido

	SEGUNDA-FEIRA 23/10/2023	TERÇA-FEIRA 24/10/2023	QUARTA-FEIRA 25/10/2023	QUINTA-FEIRA 26/10/2023	SEXTA-FEIRA 27/10/2023
CAFÉ DA MANHÃ (TODOS JUNTOS) 6h50	Biscoito tipo Cream Cracker + Leite integral com cacau e açúcar	Banana + Barra de fruta + Leite integral com cacau e açúcar	Biscoito tipo Cream Cracker + Leite integral com cacau e açúcar	Banana + Barra de fruta + Leite integral com cacau e açúcar	Biscoito tipo Cream Cracker + Leite integral com cacau e açúcar
LANCHE DA MANHÃ (INTEGRAL) 9h15	Maçã	Mexerica	Maçã	Banana	Maçã
LANCHE I (PARCIAL) A partir das 9h25	Pão com carne moída bovina (Pão francês com carne moída bovina, molho de tomate e cenoura ralada)	Frango com cenoura e cebola + Creme de milho + Arroz branco + Banana	Arroz com carne bovina em cubos e cenoura + Maçã	Purê de batata com carne moída (Purê de batata com carne moída bovina e molho de tomate) + Arroz branco + Mexerica	Galinhada (Arroz + frango em cubos com cenoura) + Feijão carioca
ALMOÇO (INTEGRAL) 11h20	Carne moída bovina com cenoura + Arroz branco + Feijão carioca + Salada de repolho com cenoura	Frango com cenoura e cebola + Creme de milho + Arroz branco + Feijão carioca + Salada de beterraba (cozida e temperada)	Carne bovina em cubos com batata + Arroz branco + Feijão carioca + Salada de alface	Purê de batata com carne moída (Purê de batata com carne moída bovina e molho de tomate) + Arroz branco + Feijão carioca + Salada de beterraba (cozida e temperada)	Galinhada (Arroz + frango em cubos com cenoura) + Feijão carioca + Salada de acelga com tomate
LANCHE I (PARCIAL) Das 12h50 às 13h	Biscoito tipo Cream Cracker	Banana	Maçã	Mexerica	Maçã
LANCHE DA TARDE (INTEGRAL) 14h	Pão com carne moída bovina (Pão francês com carne moída bovina, molho de tomate e cenoura ralada)	Mexerica + Banana	Melancia + Maçã	Mamão + Banana	Biscoito de polvilho + iogurte (embalagem individual)
LANCHE II (PARCIAL) A partir das 15h15	Pão com carne moída bovina (Pão francês com carne moída bovina, molho de tomate e cenoura ralada)	Frango com cenoura e cebola + Creme de milho + Arroz branco	Arroz com carne bovina em cubos e cenoura + Feijão carioca	Purê de batata com carne moída (Purê de batata com carne moída bovina e molho de extrato de tomate) + Arroz branco	Galinhada (Arroz + frango em cubos com cenoura) + Feijão carioca

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia e por escrito do nutricionista responsável:
Cleunice Ramos Domingos Bernardes, CRN- 3 58793



OUTUBRO/2023

CARDÁPIO

Sistema híbrido

	SEGUNDA-FEIRA 30/10/2023	TERÇA-FEIRA 31/10/2023	QUARTA-FEIRA 01/11/2023	QUINTA-FEIRA 02/11/2023	SEXTA-FEIRA 03/11/2023
CAFÉ DA MANHÃ (TODOS JUNTOS) 6h50	Biscoito tipo Cream Cracker + Leite integral com cacau e açúcar	Banana + Barra de fruta + Leite integral com cacau e açúcar	Biscoito tipo Cream Cracker + Leite integral com cacau e açúcar	FERIADO	PONTE DO FERIADO
LANCHE DA MANHÃ (INTEGRAL) 9h15	Maçã	Mexerica	Maçã	FERIADO	PONTE DO FERIADO
LANCHE I (PARCIAL) A partir das 9h25	Galinhada (Arroz + frango em cubos com cenoura) + Feijão carioca	Purê de batata com carne moída (Purê de batata com carne moída bovina e molho de tomate) + Arroz branco	Arroz com pernil em cubos e cenoura	FERIADO	PONTE DO FERIADO
ALMOÇO (INTEGRAL) 11h20	Galinhada (Arroz + frango em cubos com cenoura) + Feijão carioca + Salada de repolho com cenoura	Purê de batata com carne moída (Purê de batata com carne moída bovina e molho de tomate) + Arroz branco + Feijão carioca + Salada de beterraba (cozida e temperada)	Carne suína em cubos com batata + Arroz branco + Tutu de feijão (feijão carioca com farinha de mandioca e couve)	FERIADO	PONTE DO FERIADO
LANCHE I (PARCIAL) Das 12h50 às 13h	Biscoito tipo Cream Cracker	Biscoito tipo Cream Cracker	Biscoito tipo Cream Cracker	FERIADO	PONTE DO FERIADO
LANCHE DA TARDE (INTEGRAL) 14h	Biscoito tipo Cream Cracker + Iogurte (embalagem individual)	Biscoito tipo Cream Cracker + Leite integral com cacau e açúcar	Biscoito tipo Cream Cracker + Iogurte (embalagem individual)	FERIADO	PONTE DO FERIADO
LANCHE II (PARCIAL) A partir das 15h15	Galinhada (Arroz + frango em cubos com cenoura)	Purê de batata com carne moída (Purê de batata com carne moída bovina e molho de tomate) + Arroz branco	Arroz com pernil em cubos e cenoura + Feijão carioca	FERIADO	PONTE DO FERIADO

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia e por escrito do nutricionista responsável:
Cleunice Ramos Domingos Bernardes, CRN- 3 58793