


CARDÁPIO DE OUTUBRO - ALMOÇO

Segunda 01	Terça 02	Quarta 03	Quinta 04	Sexta 05
Arroz e Feijão Kibe assado Purê de Mandioquinha Salada Gelatina e Suco	Arroz e Feijão Filé de Frango Abobrinha à Pizzaiolo Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Carne assada c/ Molho Farofa Nutritiva c/ Aveia Salada Fruta e Suco	Caracolino ao sugo Cubinhos de Frango grelhados Vagem c/ Milho no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe assado Batata Rústica Salada Fruta e Suco
Segunda 08	Terça 09	Quarta 10	Quinta 11	Sexta 12
Arroz e Feijão Frango assado Brócolis no vapor Salada Gelatina e Suco	Arroz e Feijão Picadinho de Carne Purê de Batata Salada Fruta e Suco	Espaguete ao sugo Isclas de Frango Chuchu no vapor Salada Fruta e Suco	<i><u>Almoço de Dia das Crianças</u></i> Arroz e Feijão Esfiha de Carne Cenoura ondulada Salada Fruta no Cone e Suco	FERIADO <i>(Nossa Senhora Aparecida)</i>
Segunda 15	Terça 16	Quarta 17	Quinta 18	Sexta 19
Arroz e Feijão Hambúrguer de Carne assado Jardineira de Legumes Salada Gelatina e Suco	Arroz e Feijão Filé de Frango Creme de milho Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Guioza de Carne Repolho refogado Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Ovo estrelado Purê de Abóbora Salada Fruta e Suco	Gravatinha ao Sugo Frango desfiado c/ Milho e Requeijão Ervilhas no vapor Salada, Fruta e Suco

Segunda 22	Terça 23	Quarta 24	Quinta 25	Sexta 26
Arroz e Feijão Filé de Sobrecoxa Milho no vapor Salada Gelatina e Suco	Arroz e Feijão Carne moída c/ Batata Espinafre refogado Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Filé Mignon Suíno Purê de Couve-flor Salada Fruta e Suco	Parafuso ao Sugo Bife grelhado Beterraba no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz Strogonoff de Frango Batata sauté Salada Fruta e Suco
Segunda 29	Terça 30	Quarta 31	 <p>Cila Omine Nutricionista CRN3 5440</p>	
Arroz e Feijão Almôndegas ao sugo Brócolis no vapor Salada Fruta Suco	Arroz e Feijão Frango assado Polenta Cremosa Salada Fruta Suco	Arroz e Feijão Escondidinho de Carne Acelga refogada c/ Cenoura Salada e Suco <u>Sobremesa de Hallo!</u>  Gelatina Divertida		

CARDÁPIO DE OUTUBRO - JANTAR

Segunda 01	Terça 02	Quarta 03	Quinta 04	Sexta 05
Sopinha de Aveia com Mandioquinha Cenoura e Frango	Sopa Creme de Ervilhas com Batata e Carne	Canja (Arroz, Batata, Frango e Cenoura)	Sopa de Feijão com Cará e Legumes	Sopa Creme de Milho com Frango
Segunda 08	Terça 09	Quarta 10	Quinta 11	Sexta 12
Sopinha Minestrone (Macarrãozinho, Feijão, Carne moída e Abobrinha)	Canja (Arroz, Batata, Frango e Cenoura)	Sopa de Feijão com Inhame e Legumes	Sopa Creme de Batata Doce com Couve manteiga e Frango	<i>Feriado</i>
Segunda 15	Terça 16	Quarta 17	Quinta 18	Sexta 19
Sopa de Grão de Bico com Mandioquinha, Acelga e Frango	Sopa Creme de Brócolis com Inhame e Carne	Canja (Arroz, Batata, Frango e Cenoura)	Sopa de Feijão com Mandioca e Legumes	Sopa Creme de Batata com Cenoura, Escarola e Carne
Segunda 22	Terça 23	Quarta 24	Quinta 25	Sexta 26
Caldo Verde (Batata, Brócolis, Couve manteiga e Carne)	Sopa de Legumes com Macarrãozinho e Frango	Sopa Creme de Abóbora com Cará e Carne	Canja (Arroz, Batata, Frango e Cenoura)	Sopa de Feijão com Batata doce e Legumes
Segunda 29	Terça 30	Quarta 31	 <p>12 de Outubro Feliz Dia das Crianças</p>	
Sopa Creme de Cebola com Batata e Frango	Sopa Creme de Mandioquinha com Carne	Sopa de Feijão Branco com Mandioca e Legumes		

CARDÁPIO DE OUTUBRO - PAPINHA

Segunda 01	Terça 02	Quarta 03	Quinta 04	Sexta 05
Macarrão Abobrinha Brócolis Frango Caldo de Feijão	Mandioquinha Cenoura Acelga Carne Caldo de Ervilha	Batata doce Chuchu Couve-manteiga Frango Caldo de Grão de Bico	Cará Beterraba Espinafre Gema de ovo Caldo de Feijão	Mandioca Abóbora Almeirão Carne Caldo de Lentilha
Segunda 08	Terça 09	Quarta 10	Quinta 11	Sexta 12
Macarrão Cenoura Couve-flor Frango Caldo de Feijão	Batata Abobrinha Agrião Carne Caldo de Lentilha	Inhame Chuchu Escarola Gema de ovo Caldo de Feijão Branco	Arroz Abóbora Rúcula Frango Caldo de Ervilha	FERIADO (Nossa Senhora Aparecida)
Segunda 15	Terça 16	Quarta 17	Quinta 18	Sexta 19
Macarrão Abobrinha Brócolis Carne Caldo de Feijão	Batata doce Cenoura Repolho Frango Caldo de Grão de Bico	Mandioquinha Beterraba Couve-manteiga Carne Caldo de Feijão	Cará Chuchu Chicória Frango Caldo de Lentilha	Mandioca Abóbora Espinafre Gema de ovo Caldo de Ervilha
Segunda 22	Terça 23	Quarta 24	Quinta 25	Sexta 26
Macarrão Cenoura Couve-flor Carne Caldo de Feijão	Batata Abobrinha Acelga Frango Caldo de Lentilha	Arroz Abóbora Agrião Gema de ovo Caldo de Feijão Branco	Inhame Beterraba Escarola Carne Caldo de Ervilha	Mandioquinha Chuchu Rúcula Frango Caldo de Feijão



Cila Omine
Nutricionista
CRN3 5440

Segunda 29

Macarrão
Cenoura
Brócolis

Carne

Caldo de Feijão

Terça 30

Mandioca
Abobrinha
Repolho

Frango

Caldo de Ervilha

Quarta 31


Batata doce
Chuchu
Couve-manteiga

Carne

Caldo de Grão de Bico

CARDÁPIO DE LANCHES - OUTUBRO

Segunda 01	Terça 02	Quarta 03	Quinta 04	Sexta 05
Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã
Bolacha salgada integral c/ Requeijão Leite c/ Cacau em pó	Pão Sovado c/ Manteiga Suco	Pão de forma c/ Peito de Peru Leite c/ Cacau em pó	Pão de Milho c/ Patê de Ervas Finas Suco	Pão de Cenoura c/ Queijo Suco
Lanche tarde	Lanche tarde	Lanche tarde	Lanche tarde	Lanche tarde
Esfiha de Queijo Suco	Pão Egg c/ Queijo Suco	Pão Sirio c/ Cream Cheese Suco	Bolo Caseiro Suco	Pão Francês c/ Manteiga Suco
Segunda 08	Terça 09	Quarta 10	Quinta 11	Sexta 12
Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã	FERIADO
Torrada Integral c/ Geleia Natural de Frutas Leite c/ Cacau em pó	Pão de Milho c/ Queijo Suco	Pão Egg c/ Manteiga Suco	Bolo Caseiro Leite c/ Cacau em pó	
Lanche tarde	Lanche tarde	Lanche tarde	Lanche tarde	
Pão de Batata c/ Requeijão Suco	Lanche Divertido Suco 	Pão de Forma c/ Peito de Peru Suco	Pão Caseiro de Leite c/Queijo Suco	
Segunda 15	Terça 16	Quarta 17	Quinta 18	Sexta 19
Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã
Bolacha salgada integral c/ Requeijão Suco	Pão Caseiro de Mandioquinha c/ Queijo Leite c/ Cacau em pó	Bisnaguinha c/ Patê de Milho Verde Suco	Pão de Milho c/ Peito de Peru Leite c/ Cacau em pó	Pão Egg c/ Manteiga Suco
Lanche tarde	Lanche tarde	Lanche tarde	Lanche tarde	Lanche tarde
Esfiha de Carne Suco	Pão Egg c/ Requeijão Suco	Bolo Caseiro Suco	Pão de Forma c/Cream Cheese Suco	Pão Francês c/ Queijo Branco Suco

Segunda 22	Terça 23	Quarta 24	Quinta 25	Sexta 26
Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã
Magic Toast c/ Geleia Natural de Frutas Leite c/ Cacau em pó	Pão de Forma c/ Queijo Suco	Pão de Milho c/ Requeijão Suco	Mini Brioche caseiro de Coco c/ Queijo Branco Suco	Bolo Caseiro Leite c/ cacau em pó
Lanche tarde	Lanche tarde	Suco	Suco	Lanche tarde
Pastel de Forno de Carne Suco	Pão Egg c/ Peito de Peru Suco	Bisnaguinha c/ Requeijão Suco	Pão Sovado c/ Manteiga Suco	Polvilho Suco
Segunda 29	Terça 30	Terça 31		<p>Cila Omine Nutricionista CRN3 5440</p>
Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã		
Torrada Integral c/ Cream Cheese Suco	Pão Caseiro de Leite c/ Peito de Peru Leite c/ Cacau em pó	Bisnaguinha c/ Manteiga Suco		
Lanche tarde	Lanche tarde	Lanche tarde		
Esfiha de Queijo Suco	Pão Francês c/ Requeijão Suco	Pão Egg c/ Queijo Suco		