

Cardápio Mensal

Outubro 2024

1ª Semana: de 01 a 04 de Outubro

Refeição	Segunda-feira	Terça-Feira 01/10	Quarta-Feira 02/10	Quinta-Feira 03/10	Sexta-Feira 04/10
Lanche da Manhã		Suco Natural de Limão	Suco de Fruta Natural Laranja	Suco de Fruta Natural de Maracujá	Suco de Fruta Natural
		Pão de Leite com Queijo e Alface	Mini Bolo de Frutas Vermelhas	Mini Pão de Parmesão com Requeijão	Mini Pizza
		Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Almoço					
		Arroz Branco e Feijão Carioca	Macarrão ao Molho Bolonhesa Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca
Prato Principal		Tirinhas de Carne com Legumes		Coxa e Sobrecoxa Assado	Carne Assada
Guarnição		Repolho Refogado	Panachê de Legumes	Chuchu Refogado	Couve-Flor Gratinada
Salada		Salada	Salada	Salada	Salada
Sobremesa		Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Lanche da Tarde					
Lanche da Tarde		Suco Natural de Uva	Suco de Fruta Natural de Laranja	Suco de Fruta Natural de Uva	Suco de Fruta Natural de Abacaxi com Hortelã
		Mini Pão de Queijo	Esfiha enriquecida com Linhaça	Milho Debulhado	Mini Pão de Batata
		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		Peixe Assado	Omelete de Legumes	Escondidinho de Carne Moída	Peixe Assado
Salada		Salada de Couve	Salada de Alface Americana	Salada Alface Crespa	Salada de Rúcula
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.

Cardápio Mensal

Outubro 2024

2ª Semana: de 07 a 11 de Outubro

Refeição	Segunda-feira 07/10	Terça-Feira 08/10	Quarta-Feira 09/10	Quinta-Feira 10/10	Sexta-Feira 11/10
Lanche da Manhã	Suco de Fruta Natural de Maracujá	Suco de Fruta Natural de Laranja	Suco de Fruta Natural Limão	Suco de Fruta Natural	Suco de Fruta Natural
	Queijo Quente	Milho Debulhado	Bolo de Cenoura com Cacau	Mini Pão de Batata	Pão Francês com Muçarela
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Almoço	Arroz Branco e Feijão Preto	Arroz Branco e Feijão Carioca	Macarrão ao Molho Bolonhesa ou Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Lentilha
Prato Principal	Filé de Frango Grelhado	Filezinho de Carne	Carne Moída Refogada	Estrogonofe de Frango	Carne Assada
Guarnição	Couve Refogada	Purê de Batata	Jardineira de Legumes	Abóbora Assada	Chuchu Salteado
Salada	Ovo de Codorna	Salada	Salada	Salada	Salada
Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Lanche da Tarde	Suco de Fruta Natural de Limão	Leite com Achocolatado ou Suco de Fruta Natural	Suco Integral de Uva	Suco de Fruta Natural	Suco de Fruta Natural
	Pão de Parmesão com Patê de Frango desfiado e Cenoura Ralada	Crepioça	Mini Pizza de Pão de Forma	Mini Esfiha Enriquecida com Linhaça	Mini Pizza
	Fruta da Época	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	Arroz Branco e Feijão Carioca
Prato Principal	Carne Assada	Cação Assado com Ervas	Sobrecoxa de Frango ao Molho de Tomates	Carne em Cubos Refogada com legumes e Tomate	Omelete de Legumes
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.

Cardápio Mensal Outubro 2024

3ª Semana: de 14 a 18 de Outubro

Refeição	Segunda-feira 14/10	Terça-Feira 15/10	Quarta-Feira 16/10	Quinta-Feira 17/10	Sexta-Feira 18/10
Lanche da Manhã	Antecipação Dia dos Professores	Suco de Fruta Natural de Maracujá	Suco de Fruta Natural de Limão	Suco de Fruta Natural de Laranja	Suco de Fruta Natural de Maracujá
	Antecipação Dia dos Professores	Esfíha de Queijo	Brioche com Geleia Caseira	Crepíoca	Mini Pizza
	Antecipação Dia dos Professores	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Almoço	Antecipação Dia dos Professores	Arroz Branco e Feijão Carioca	Macarrão a Bolonhesa ou Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão carioca
Prato Principal	Antecipação Dia dos Professores	Isca de peixe Empanado ao forno		Caçõ Empanado com Aveia	Carne em Cubos
Guarnição	Antecipação Dia dos Professores	Cenoura Salteada	Mandioquinha Sautê	Couve Refogada	Batata Corada
Salada	Antecipação Dia dos Professores	Salada	Salada	Salada	Salada
Sobremesa	Antecipação Dia dos Professores	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Lanche da Tarde	Antecipação Dia dos Professores	Suco de Fruta Natural de Laranja	Suco de Fruta Natural de Maracujá	Suco Integral de Uva	Suco Natural de Limão
	Antecipação Dia dos Professores	Mini Pão de Queijo	Pão de Leite com Cream Cheese	Pão de Batata com requeijão	Bolo de Cenoura e Cacau
	Antecipação Dia dos Professores	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Jantar	Antecipação Dia dos Professores	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão
Prato Principal	Antecipação Dia dos Professores	Carne Assada	Sobrecoxa Assada Crocante	Hamburguer Caseiro (carne e cenoura)	Frango em Cubos Colorido
Salada	Antecipação Dia dos Professores	Salada	Salada	Salada	Salada
Sobremesa	Antecipação Dia dos Professores	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.

Cardápio Mensal

Outubro 2024

4ª Semana: de 21 a 25 de Outubro

Refeição	Segunda-feira 21/10	Terça-Feira 22/10	Quarta-Feira 23/10	Quinta-Feira 24/10	Sexta-Feira 25/10
Lanche da Manhã	Suco Fruta Natural de Maracujá	Suco Integral de Uva	Suco de Fruta Natural de Limão	Suco de Fruta Natural Laranja	Suco de Fruta Natural de Maracujá
	Mini Pão de Queijo	Bolo do Hulk com Cobertura de cacau	Pão de Gergelim com Queijo Prato	Mini Esfiha de Carne	Mini Pão de Cenoura com Cream Cheese
	Fruta da Época	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	Arroz Branco e Feijão Carioca
Prato Principal	Carne em Tiras	Cação Grelhado		Frango em Cubos	Bife a Role (cenoura)
Guarnição	Repolho Refogado	Purê de Batata	Espinafre Refogado	Legumes Salteados	Acelga Refogada
Salada	Salada	Salada	Salada	Salada	Salada
Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Lanche da Tarde	Suco de Fruta Natural de Limão	Suco de Fruta Natural de Laranja	Suco de Fruta Natural de Maracujá	Suco de Fruta Natural de Abacaxi com Hortelã	Suco de Fruta Natural de Limão
	Bisnaguinha com Muçarela	Pão de Leite com Cream Cheese	Bolo de Frutas Vermelhas	Queijo Quente	Mini Pizza
	Fruta da Época	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	Arroz Branco e Feijão Carioca
Prato Principal	Frango Assado	Carne Moída com Legumes	Frango Crocante	Rocambole de Carne com Legumes	Cação em Posta Assado
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.

Cardápio Mensal

Outubro 2024

5ª 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	
	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					
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	
Lanche da Tarde					
Lanche da Tarde	Suco de Fruta Natural de Laranja	Suco Natural de Maracujá	Suco de Fruta Natural Limão	Suco Integral de Uva	
	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					
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.