



Cardápio Escolar - Outubro 2022

1ª Semana

Refeição do dia	Segunda 03/10/2022	Terça 04/10/2022	Quarta 05/10/2022	Quinta 06/10/2022	Sexta 07/10/2022
<i>Café da Manhã</i>	Biscoito Doce e Leite com Chocolate em pó	Biscoito Doce e Leite com Chocolate em pó	Biscoito Doce e Leite com Chocolate em pó	Biscoito Doce e Leite com Chocolate em pó	Biscoito Doce e Leite com Chocolate em pó
<i>Almoço</i>	Arroz, feijão, Empanado de Frango com Repolho Refogado e Salada de Cenoura e Abobrinha	Arroz, feijão, coxinha da asa, Polenta com molho de tomate e Salada de Alface com Tomate	Arroz, Feijão, Carne em cubos com Mandioca Refogada e salada de Couve	Arroz, Feijão, estrogonofe de Frango, batata Assada e salada Tomate e Acelga	Macarrão com molho de tomate, Frango desfiado e Salada de Pepino
<i>Fruta</i>		Banana Prata		Banana Nanica	
<i>Lanche da Tarde</i>	Pão de Sal com Manteiga e Leite com Chocolate em Pó	Pão de Sal com Margarina e Suco de Frutas Vermelhas	Pão de Sal com Requeijão e Suco de Tangerina	Pão de Sal com Frango Desfiado e Suco de Laranja com Acerola	Bolo de laranja e Iogurte de Morango
<i>Fruta</i>		Banana Prata		Banana Prata	

Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE. O cardápio poderá sofrer

Antara Avani dos S. Gaia - Nutricionista RT CRN-3 66413/P

Cardápio Escolar - outubro 2022

2º Semana (Semana das Crianças)

Refeição do dia	Segunda 10/10/2022	Terça 11/10/2022	Quarta 12/10/2022	Quinta 13/10/2022	Sexta 14/10/2022
<i>Café da Manhã</i>	Biscoito Salgado e Leite com Chocolate em pó	Biscoito Salgado e Leite com Chocolate em pó		Biscoito Salgado e Leite com Chocolate em pó	Biscoito Salgado e Leite com Chocolate em pó
<i>Almoço</i>	Arroz, feijão, Farofa de Ovo com Linguíça Repolho Refogado e Salada de Beterraba	Arroz, feijão, carne em Tiras Cozida com batata e Salada de Pepino e Pipoca	FERIADO	Arroz, feijão, Empanado de Frango Batata Doce Assada e Salada de Tomate e Alface Lisa	Hot Dog e Bolo de Cenoura com Cobertura de Chocolate (Dia das Crianças)
<i>Fruta</i>	Gelatina	Banana Prata		Salada de Frutas	
<i>Lanche da Tarde</i>	Pão de Sal com Manteiga e Leite com Chocolate em pó	Pão de Sal com Carne desfiada e Suco de Goiaba e Pipoca		Pão de Sal com Frango desfiado Suco de Laranja com Acerola e Salada de Frutas	Hot Dog e Bolo de Cenoura com Cobertura de Chocolate (Dia das Crianças)
<i>Fruta</i>	Gelatina	Banana Prata		Salada de Frutas	

Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE. O cardápio poderá sofrer

Antara Avani dos S. Gaia - Nutricionista RT CRN-3 66413/P

Cardápio Escolar - outubro 2022

3ª Semana

Refeição do dia	Segunda 17/10/2022	Terça 18/10/2022	Quarta 19/10/2022	Quinta 20/10/2022	Sexta 21/10/2022
<i>Café da Manhã</i>	Biscoito Doce e Leite com Chocolate em pó	Biscoito Doce e Leite com Chocolate em pó	Biscoito Doce e Leite com Chocolate em pó	Biscoito Doce e Leite com Chocolate em pó	Biscoito Doce e Leite com Chocolate em pó
<i>Almoço</i>	Arroz, feijão, Empanado de Frango com Repolho Refogado e Salada de Cenoura e Abobrinha	Arroz, feijão, coxinha da asa, Polenta com molho de tomate e Salada de Alface com Tomate	Arroz, Feijão, Carne em cubos com Mandioca Refogada e salada de Couve	Arroz, Feijão, estrogonofe de Frango, batata Assada e salada Tomate e Acelga	Macarrão com molho de tomate, Frango desfiado e Salada de Pepino
<i>Fruta</i>		Banana Prata		Banana Nanica	
<i>Lanche da Tarde</i>	Pão de Sal com Manteiga e Leite com Chocolate em Pó	Pão de Sal com Margarina e Suco de Frutas Vermelhas	Pão de Sal com Requeijão e Suco de Tangerina	Pão de Sal com Frango Desfiado e Suco de Laranja com Acerola	Bolo de laranja e Iogurte de Morango
<i>Fruta</i>		Banana Prata		Banana Prata	

Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE. O cardápio poderá sofrer

Antara Avani dos S. Gaia - Nutricionista RT CRN-3 66413/P

Cardápio Escolar - outubro 2022

4ª Semana

Refeição do dia	Segunda 24/10/2022	Terça 25/10/2022	Quarta 26/10/2022	Quinta 27/10/2022	Sexta 28/10/2022
Café da Manhã	Biscoito Salgado e Leite com Chocolate em pó	Biscoito Salgado e Leite com Chocolate em pó	Biscoito Salgado e Leite com Chocolate em pó	Biscoito Salgado e Leite com Chocolate em pó	
Almoço	Arroz, feijão, Farofa de Ovo com Linguíça Repolho Refogado e Salada de Beterraba	Arroz, feijão, carne em Tiras Cozida com batata e Salada de Pepino	Canjiquinha com frango, tomate e Salada de Couve	Arroz, feijão, carne em cubos Suína Batata Doce Assada e Salada de Tomate e Alface Lisa	FERIADO
Fruta		Banana Prata		Banana Nanica	
Lanche da Tarde	Pão de Sal com Manteiga e Leite com Chocolate em pó	Pão de Sal com Carne desfiada e Suco de Goiaba	Pão de Sal com Requeijão e Suco de Morango	Pão de Sal com Frango desfiado Suco de Laranja com Acerola Salada de Fruta	
Fruta		Banana Prata		Banana Nanica	

Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE. O cardápio poderá sofrer

Antara Avani dos S. Gaia - Nutricionista RT CRN-3 66413/P