

PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA
	21/10/24	22/10/24	23/10/24	24/10/24
DESJEJUM	Pão Leite com manteiga Chá mate Melão Picado	Cereal de milho leite Mamão Picado	Bolo de fubá leite com cacau Banana	Pão de leite com doce Chá Mate Mamão Picado
ALMOÇO	Arroz parbolizado Virado Feijão Preto Isclas de frango com tomate Legumes Sautee (batata salsa , cenoura e chuchu)	Arroz parbolizado Feijão Carioca Peixe ensopado com cenoura Batata Saute com orégano Salada Repolho	Arroz parbolizado Feijão Preto Carne moída com molho com cenoura Macarrão espaguetti alho e oleo e cheiro verde	Arroz parbolizado Feijão Carioca Frango (iscas c/sb) ao sugo com milho Farofa de Couve Salada de alface roxa
LANCHE	Quirera com molho de frango desfiado com milho e ervilha Salada de beterraba cozida	Risoto de Frango com Legumes (abóbora , abobrinha e cenoura)	Torta de legumes (cenoura , batata e brocolis) com moida Manga picada	Macarrão parafuso com molho de carne moída e cenoura e abobrinha
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA
	28/10/24	29/10/24	30/10/24	31/10/24
DESJEJUM	Biscoito Salgado Chá mate Maçã	Pão de leite com doce Chá mate Mamão Picado	Mingau de aveia Banana	Pão Leite com manteiga Chá mate Melão Picado
ALMOÇO	Arroz parbolizado Feijão Preto Strogonoff de frango batata doce cozida com cheiro verde	Arroz parbolizado Feijão Carioca Isclas com legumes (tomate, couve flor e brocolis)	Arroz parbolizado Feijão Preto Ovos mexidos com Espinafre e queijo Salada de repolho	Arroz parbolizado Feijão Carioca Quibe de formo Pure de batatas
LANCHE	Polenta Cremosa Molho de Carne moída com Cenoura e Abobrinha Maçã	Risoto de isclas de carne com tomate e espinafre Salada de alface	Macarrão espaguetti alho e oleo e cheiro verde Frango ao molho com abobrinha	Torta de legumes, frango e milho Suco de Uva Maçã
Cardápio sujeito á alteração / Agricultura Familiar - AF				
VALDIRENE HITNER PADILHA CRN 8 1652				
SEMANA 1	Energia (Kcal): 1105 / Carboidrato (g): 190 / Lidípios (g): 22 / Proteínas (g): 40			
SEMANA 2	Energia (Kcal): 1116 / Carboidrato (g): 188 / Lidípios (g): 24 / Proteínas (g): 42			
SEMANA 3	Energia (Kcal): 1118 / Carboidrato (g): 157 / Lidípios (g): 43 / Proteínas (g): 49			
SEMANA 4	Energia (Kcal): 1117 / Carboidrato (g): 166 / Lidípios (g): 35 / Proteínas (g): 38			
SEMANA 5	Energia (Kcal): 981 / Carboidrato (g): 166 / Lidípios (g): 21 / Proteínas (g): 38			