

AF- AGRICULTURA FAMILIAR					
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		01/10/24	02/10/24	03/10/24	04/10/24
MANHÃ E TARDE		Arroz parbolizado Feijão carioca Carne de panela com cenoura e batata salsa (iscas) Salada de beterraba cozida	Pão fatiado AF com queijo SUCO DE UVA Banana AF	Arroz parbolizado Feijão preto Frango ensopado com abobora, batata e milho SALADA DE ALFACE	Arroz parbolizado Feijão carioca Carne moída com cenoura AF e tomate AF Pure misto (batata AF e cenoura AF) Abacaxi picado
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	07/10/24	08/10/24	09/10/24	10/10/24	11/10/24
MANHÃ E TARDE	Polenta com molho de frango e legumes (cenoura e abóbora) salada de repolho bicolor Melão picado	Arroz parbolizado Feijão carioca Isclas de sobreexa dessossada frango com abobrinha ao sugo Milho refogado na manteiga Maça	Arroz parbolizado Feijão preto Nhoque ao sugo carne moída refogada com cenoura AF	CARDAPIO DIA DAS CRIANÇAS SANDUICHE NATURAL (PATE DE FRANGO COM CENOURA MILHO E ALFACE) SUCO DE UVA BANANA AF	CARDAPIO DIA DAS CRIANÇAS PIPOCA SALGADA SUCO DE MANGA BOLO DE CHOCOLATE
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	14/10/24	15/10/24	16/10/24	17/10/24	18/10/24
MANHÃ E TARDE	FERIADO	ARROZ DOCE CARAMELIZADO MAÇA	Feijão Preto Arroz parbolizado iscas de frango (cox e sob) ao sugo com milho e ervilha Farofa de couve banana AF	Arroz parbolizado Feijão carioca Picadinho de carne (iscas) com batatas salsa AF e tomate Salada de beterraba mamão picado	Arroz parbolizado Feijão preto Carne moída refogada com pimentão verde Batata AF com cenoura AF saute
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	21/10/24	22/10/24	23/10/24	24/10/24	25/10/24
MANHÃ E TARDE	Quirera com molho de frango desfiado com tomate e milho laranja	Arroz parbolizado Strogonoff de carne Batata palha Salada de acelga com tomate	Arroz parbolizado Feijão carioca Carne moída refogada com tomate Couve flor e cenoura molho branco	Risoto de Frango com abobrinha e tomate Salada de repolho AF Banana AF	Virado de feijão preto Arroz parbolizado Ovos mexidos com queijo e cheiro verde Salada de beterraba cozida AF
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	28/10/24	29/10/24	30/10/24	31/10/24	
MANHÃ E TARDE	Macarrão espaguete com molho de frango desfiado com milho e ervilha salada de cenoura ralada Melão picado	Arroz parbolizado Feijão carioca Frango xadrez Farofa de couve manteiga	PROVINHA Pão fatiado AF com requeijão Chá mate BANANA AF	Arroz parbolizado Feijão Preto Strogonoff de frango Salada de brócolis e tomate mamão picado	
Cardápio sujeito à alteração / Agricultura Familiar - AF					
VALDIRENE HITNER PADILHA CRN 8 1652					
SEMANA 1	Energia (Kcal): 406 / Carboidrato (g): 68 / Lípidios (g): 8 / Proteínas (g): 17				
SEMANA 2	Energia (Kcal): 474 / Carboidrato (g): 86 / Lípidios (g): 8 / Proteínas (g): 17				
SEMANA 3	Energia (Kcal): 429 / Carboidrato (g): 80 / Lípidios (g): 7 / Proteínas (g): 17				
SEMANA 4	Energia (Kcal): 370 / Carboidrato (g): 60 / Lípidios (g): 8 / Proteínas (g): 15				
SEMANA 5 (28/10 a 31/10)	Energia (Kcal): 409 / Carboidrato (g): 71 / Lípidios (g): 7 / Proteínas (g): 18				