

CARDÁPIO ESCOLAR EDUCAÇÃO INFANTIL

Prefeitura Municipal de Muitos Capões

Secretaria Municipal de Educação e Cultura

Setor de Alimentação e Nutrição Escolar - SANE

E.M.E.F. Gina Guagnini

RESPONSÁVEL TÉCNICA: NUT. Ana Claudia Tumelero CRN 10171

EQUIPE EXECUTORA: Carmelinda Patricia de Barros – Maria Georgina Soares – Márcia Andrade

– Natália cristiane Santos de Oliveira – Juliana Carine Herthal

Objetivo do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE): Contribuir para o crescimento e o desenvolvimento biopsicossocial, a

aprendizagem, o rendimento escolar e à formação de práticas alimentares saudáveis dos **alunos (as)**, por meio de ações de educação

alimentar e nutricional e da oferta de refeições que cubram as suas necessidades nutricionais durante o período letivo.

MÊS: ABRIL

DATA: 17/04/23 ATÉ 28/04/2023

SEMANA 3

DATA: 17/04/23 ATÉ 21/04/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	08:10h	09:50h	14:30h	16:20h
SEG 17/0 4	<ul style="list-style-type: none">• Café com leite• Pão caseiro• Requeijão	<ul style="list-style-type: none">• Bolacha Caseira• Iogurte	<ul style="list-style-type: none">• Sopa de Feijão com massa	<ul style="list-style-type: none">• Maça
TER 18/0 4	<ul style="list-style-type: none">• Café com leite• Pão caseiro• Doce de Fruta	<ul style="list-style-type: none">• Bolo de Cenoura com cobertura de banana	<ul style="list-style-type: none">• Bolo de cenoura com cobertura	<ul style="list-style-type: none">• Banana
QUA 19/0 4	<ul style="list-style-type: none">• Café com leite• Pão caseiro• Mel	<ul style="list-style-type: none">• Pizza de Carne• Caqui	<ul style="list-style-type: none">• Bolo de chocolate com cobertura de cacau	<ul style="list-style-type: none">• Caqui
QUI 20/0 4	<ul style="list-style-type: none">• Café com leite• Pão caseiro• Requeijão	<ul style="list-style-type: none">• Pão de Queijo• Bergamota	<ul style="list-style-type: none">• Pão de queijo	<ul style="list-style-type: none">• Bergamota
SEX 21/0 4	<ul style="list-style-type: none">• Café com leite• Pão caseiro• Doce de Fruta	<ul style="list-style-type: none">• Bolacha Salgada• Pera	<ul style="list-style-type: none">• Pinhão cozido	<ul style="list-style-type: none">• Pera

SEMANA 4

DATA: 24/04/23 ATÉ 28/04/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	08:10h	09:50h	14:30h	16:20h
SEG 24/0 4	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão caseiro • Requeijão 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolacha Caseira • Iogurte 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de Feijão com massa 	<ul style="list-style-type: none"> • Maça
TER 25/0 4	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão caseiro • Doce de Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo de Cenoura com cobertura de banana 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo de cenoura com cobertura 	<ul style="list-style-type: none"> • Banana
QUA 26/0 4	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão caseiro • Mel 	<ul style="list-style-type: none"> • Pizza de Carne • Caqui 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo de chocolate com cobertura de cacau 	<ul style="list-style-type: none"> • Caqui
QUI 27/0 4	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão caseiro • Requeijão 	<ul style="list-style-type: none"> • Pão de Queijo • Bergamota 	<ul style="list-style-type: none"> • Pão de queijo 	<ul style="list-style-type: none"> • Bergamota
SEX 28/0 4	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão caseiro • Doce de Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolacha Salgada • Pera 	<ul style="list-style-type: none"> • Pinhão cozido 	<ul style="list-style-type: none"> • Pera

MÊS: MAIO

DATA: 01/05/23 ATÉ 31/05/2023

SEMANA 1

DATA: 01/05/23 ATÉ 05/05/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	08:10h	09:50h	14:30h	16:20h
SEG 01/0 5	• FERIADO	• FERIADO	• FERIADO	• FERIADO
TER 02/0 5	• Café com leite • Pão • Doce de Fruta	• Bolacha caseira • Leite com cacau • Fruta em excesso	• Bolacha caseira • Leite com cacau • Fruta em excesso	• Banana
QUA 03/0 5	• Café com leite • Pão • Mel	• Sopa de frango • Arroz • Legumes • Pão	• Sopa de frango • Arroz • Legumes • Pão	• Pêra
QUI 04/0 5	• Café com leite • Pão • Ovos Mexidos	• Bolo salgado de carne • Banana	• Bolo salgado de carne • Banana	• Banana
SEX 05/0 5	• Café com leite • Pão • Requeijão	• Creme de chocolate com morango picado • Bolacha água e sal	• Creme de chocolate com morango picado • Bolacha água e sal	• Maçã

SEMANA 2

DATA: 08/05/23 ATÉ 12/05/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	08:10h	09:50h	14:30h	16:20h
SEG 15/05	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com Requeijão • maça 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de feijão com massinha 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de Agnoline • Pão caseiro 	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta em excesso
TER 16/05	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Bolo de banana com aveia 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo de coco • Manga 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo de coco • Manga 	<ul style="list-style-type: none"> • Maçã
QUA 17/05	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com ovo mexido • caqui 	<ul style="list-style-type: none"> • Pastel assado • Suco de Abacaxi 	<ul style="list-style-type: none"> • Pastel assado • Suco de Abacaxi 	<ul style="list-style-type: none"> • Pêra
QUI 18/05	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com doce de fruta • bergamota 	<ul style="list-style-type: none"> • Sagu com creme 	<ul style="list-style-type: none"> • Sagu com creme 	<ul style="list-style-type: none"> • Banana
SEX 19/05	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com requeijão • pera 	<ul style="list-style-type: none"> • Sanduiche com carne moída • Suco de uva 	<ul style="list-style-type: none"> • Sanduiche com carne moída • Suco de uva 	<ul style="list-style-type: none"> • Banana

SEMANA 3

DATA: 15/05/23 ATÉ 19/05/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	08:10h	09:50h	14:30h	16:20h
SEG 15/05	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com Requeijão • Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de feijão com massa 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de feijão com massa 	<ul style="list-style-type: none"> • Maçã
TER 16/05	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Bolo de Banana com Aveia 	<ul style="list-style-type: none"> • Salada de alface • Purê de batatas • Frango com molho 	<ul style="list-style-type: none"> • Salada de alface • Purê de batatas • Frango com molho 	<ul style="list-style-type: none"> • Pêra
QUA 17/05	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com Ovos mexidos • Caqui 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta com molho vermelho e carne moída • Salada de cenoura cozida 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta com molho vermelho e carne moída • Salada de cenoura cozida 	<ul style="list-style-type: none"> • Caqui
QUI 18/05	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com Doce de Fruta • Bergamota 	<ul style="list-style-type: none"> • Salada de abobrinha • Arroz • Feijão • Massa espaguete com molho de tomate e iscas de carne 	<ul style="list-style-type: none"> • Salada de abobrinha • Arroz • Feijão • Massa espaguete com molho de picadinho de carne e tomate 	<ul style="list-style-type: none"> • Bergamota
SEX 19/05	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com Requeijão • Pera 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de agnholine 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de agnholine 	<ul style="list-style-type: none"> • Pêra

SEMANA 4

DATA: 22/05/23 ATÉ 26/05/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	08:10h	09:50h	14:30h	16:20h
SEG 29/0 5	<ul style="list-style-type: none">• Café com leite• Pão com Mel	<ul style="list-style-type: none">• Sopa de legumes, arroz e frango• Maça	<ul style="list-style-type: none">• Sopa de legumes, arroz e frango• Maça	<ul style="list-style-type: none">• Maça
TER 30/0 5	<ul style="list-style-type: none">• Café com leite• Pão com Requeijão	<ul style="list-style-type: none">• Creme de ovos com calda• Banana	<ul style="list-style-type: none">• Creme de ovos com calda• Banana	<ul style="list-style-type: none">• Pera
QUA 31/0 5	<ul style="list-style-type: none">• Café com leite• Pão com ovo mexido	<ul style="list-style-type: none">• Polenta cremosa com carne moída• Caqui	<ul style="list-style-type: none">• Polenta cremosa com carne moída• Caqui	<ul style="list-style-type: none">• Caqui

MÊS: JUNHO

DATA: 01/06/23 ATÉ 30/06/2023

SEMANA 1

DATA: 01/06/23 ATÉ 02/06/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	08:10h	09:50h	14:30h	16:20h
SEG 01/0 6	<ul style="list-style-type: none">• Achocolatado• Bolacha caseira	<ul style="list-style-type: none">• Feijão mexido• bergamota	<ul style="list-style-type: none">• Feijão mexido• bergamota	<ul style="list-style-type: none">• Bergamota
TER 02/0 6	<ul style="list-style-type: none">• Café com leite• Pão caseiro• Doce de Fruta	<ul style="list-style-type: none">• Pinhão cozido• Pera	<ul style="list-style-type: none">• Pinhão cozido• Pera	<ul style="list-style-type: none">• Pera

SEMANA 2

DATA: 05/06/23 ATÉ 09/06/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	08:10h	09:50h	14:30h	16:20h
SEG 05/0 6				
TER 06/0 6				
QUA 07/0 6				
QUI 08/0 6	• FERIADO	• FERIADO	• FERIADO	• FERIADO
SEX 09/0 6	• FERIADO	• FERIADO	• FERIADO	• FERIADO

SEMANA 3

DATA: 12/06/23 ATÉ 16/06/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	08:10h	09:50h	14:30h	16:20h
SEG 12/06	• FERIADO	• FERIADO	• FERIADO	• FERIADO
TER 13/06	• FERIADO	• FERIADO	• FERIADO	• FERIADO
QUA 14/06	• Achocolatado • Bolacha salgada	• Café com leite • Bolo de coco com cobertura • Fruta	• Café com leite • Bolo de coco com cobertura • Fruta	• Frutas
QUI 15/06	• Café com leite • Pão com requeijão	• Quirera • Carne moída • Fruta	• Quirera • Carne moída • Fruta	• Frutas
SEX 16/06	• Café com leite • Pão com doce de fruta	• Arroz doce • Fruta	• Arroz doce • Fruta	• Frutas

SEMANA 4

DATA: 19/06/23 ATÉ 23/06/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	08:10h	09:50h	14:30h	16:20h
SEG 19/0 6	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Bolacha caseira 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz doce • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz doce • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta
TER 20/0 6	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão caseiro • Doce de Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Pinhão cozido • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Pinhão cozido • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta
QUA 21/0 6	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com mel 	<ul style="list-style-type: none"> • Pinhão • Quentão • Bolo de coco e milho • Pipoca 	<ul style="list-style-type: none"> • Pinhão • Quentão • Bolo de coco e milho • Pipoca 	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta
QUI 22/0 6	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com ovos 	<ul style="list-style-type: none"> • Torta de bolacha • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Torta de bolacha 	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta
SEX 23/0 6	<ul style="list-style-type: none"> • Doce de Fruta • Pão 	<ul style="list-style-type: none"> • Achocolatado • Pão de queijo • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Achocolatado • Pão de queijo • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta

SEMANA 5

DATA: 26/06/23 ATÉ 30/06/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	08:10h	09:50h	14:30h	16:20h
SEG 26/06	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Bolacha caseira 	<ul style="list-style-type: none"> • Massa à bolonhesa fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo salgado • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta
TER 27/06	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com schimier 	<ul style="list-style-type: none"> • Creme • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Creme • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta
QUA 28/06	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com mel 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta cremosa com guisado 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta cremosa com guisado 	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta
QUI 29/06	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão caseiro com ovos mexidos 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de arroz com legumes 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de arroz com legumes 	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta
SEX 30/06	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com requeijão 	<ul style="list-style-type: none"> • Banana com calda de cacau • Bolacha salgada 	<ul style="list-style-type: none"> • Banana com calda de cacau • Bolacha salgada 	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta

MÊS: JULHO

DATA: 03/07/23 ATÉ 28/07/2023

SEMANA 1

DATA: 03/07/23 ATÉ 06/07/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	08:10h	09:50h	14:30h	16:20h
SEG 03/0 7	<ul style="list-style-type: none"> Café com leite Pão com requeijão Miguel (pão com doce de fruta + suco) 	<ul style="list-style-type: none"> Leite com cacau Bolacha caseira Banana (Miguel: suco) 	<ul style="list-style-type: none"> Leite com cacau Bolacha caseira Lara (leite sem lactose + biscoito de polvilho) 	<ul style="list-style-type: none"> Banana
TER 04/0 7	<ul style="list-style-type: none"> Café com leite Pão com doce de frutas Miguel (chá) 	<ul style="list-style-type: none"> Chá Bolo de aveia e banana ou maçã Fruta (maçã) 	<ul style="list-style-type: none"> Chá Bolo de aveia e banana ou maçã Lara (usar farinha de arroz pu fécula de batata) 	<ul style="list-style-type: none"> Maçã
QUA 05/0 7	<ul style="list-style-type: none"> Achocolatado Bolacha salgada Miguel (chá ou suco) 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz carreteiro Feijão Bergamota 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz carreteiro Feijão 	<ul style="list-style-type: none"> Bergamota
QUI 06/0 7	<ul style="list-style-type: none"> Café com leite sanduíche Miguel (pão com presunto + chá ou suco) 	<ul style="list-style-type: none"> Sopa de canja de galinha Moranguinhos 	<ul style="list-style-type: none"> Sopa de canja de galinha 	<ul style="list-style-type: none"> Moranguinhos
SEX 07/0 7	<ul style="list-style-type: none"> Café com leite Pão com ovos mexidos Miguel (chá ou suco) 	<ul style="list-style-type: none"> Pizza de frango Laranja (adaptado para Miguel) 	<ul style="list-style-type: none"> Pizza de frango Lara (usar farinha de arroz) 	<ul style="list-style-type: none"> Banana

SEMANA 2

DATA: 10/07/23 ATÉ 14/07/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	08:10h	09:50h	14:30h	16:20h
SEG 10/07	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com mel • Miguel (chá ou suco) 	<ul style="list-style-type: none"> • Pipoca • Suco de uva 	<ul style="list-style-type: none"> • Pipoca • Suco de uva 	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta
TER 11/07	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com requeijão • Miguel (chá ou suco + pão com doce de frutas) 	<ul style="list-style-type: none"> • Chá de camomila • Pizza de sardinha • Bergamota • Adaptar para Miguel 	<ul style="list-style-type: none"> • Chá de camomila • Pizza de sardinha • Lara (Tapioca com sardinha) 	<ul style="list-style-type: none"> • Bergamota
QUA 12/07	<ul style="list-style-type: none"> • Achocolatado • Bolacha caseira • Miguel (suco ou chá) 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de feijão, massa e legumes • Bergamota 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de feijão, massa e legumes • Lara (usar arroz na sopa) 	<ul style="list-style-type: none"> • bergamota
QUI 13/07	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão caseiro • Doce de Fruta • Miguel (chá ou suco) 	<ul style="list-style-type: none"> • Pão de queijo + café com leite • Banana • Miguel (crepioca + chá) 	<ul style="list-style-type: none"> • Pão de queijo + café com leite • Lara (adaptado) 	<ul style="list-style-type: none"> • Banana
SEX 14/07	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Sanduíche • Miguel (suco ou chá + pão com presunto) 	<ul style="list-style-type: none"> • Sagu de uva • Pêra 	<ul style="list-style-type: none"> • Sagu de uva 	<ul style="list-style-type: none"> • Pêra

SEMANA 3

DATA: 17/07/23 ATÉ 21/07/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	08:10h	09:50h	14:30h	16:20h
SEG 17/07				
TER 18/07				
QUA 19/07				
QUI 20/07				
SEX 21/07				

Recesso escolar

SEMANA 4

DATA: 24/07/23 ATÉ 28/07/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	08:10h	09:50h	14:30h	16:20h
SEG 24/07				
TER 25/07				
QUA 26/07				
QUI 27/07				
SEX 28/07				

Recesso escolar

MÊS: AGOSTO

DATA: 31/07/23 ATÉ 28/08/2023

SEMANA 1

DATA: 31/07/23 ATÉ 04/08/2023

	CAFÉ DA MANHÃ	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	08:10h	09:50h	14:30h	16:20h
SEG 31/07	Recesso escolar			
TER 01/08	<ul style="list-style-type: none">• Café com leite• Pão com mel• Miguel (Suco ou chá)	<ul style="list-style-type: none">• Bolo de milho• Laranja	<ul style="list-style-type: none">• Bolo de milho• Lara (Bolo de caneca)	<ul style="list-style-type: none">• Laranja
QUA 02/08	<ul style="list-style-type: none">• Café com leite• Biscoito salgado• Miguel (chá ou suco)	<ul style="list-style-type: none">• Sopa de feijão com massa e legumes (cenoura, chuchu, vagem)	<ul style="list-style-type: none">• Sopa de feijão com massa e legumes (cenoura, chuchu, vagem)• Lara: usar macarrão de arroz (cozinhar separado)	<ul style="list-style-type: none">• Bergamota
QUI 03/08	<ul style="list-style-type: none">• Café com leite• Pão com ovos mexidos• Miguel (chá ou suco)	<ul style="list-style-type: none">• Arroz doce• Banana• Miguel (banana + biscoito)	<ul style="list-style-type: none">• Arroz doce• Lara: banana + pasta de amendoim	<ul style="list-style-type: none">• Banana
SEX 04/08	<ul style="list-style-type: none">• Café com leite• Bolacha caseira• Miguel (chá + bolacha salgada sem leite)	<ul style="list-style-type: none">• Leite com cacau + cuquinha caseira• Maçã• (Miguel: chá ou suco + cuquinha)	<ul style="list-style-type: none">• Leite com cacau + cuquinha caseira• Lara: chá + biscoito de polvilho OU bolo de caneca	<ul style="list-style-type: none">• Maçã

SEMANA 2

DATA: 07/08/23 ATÉ 11/08/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	08:10h	09:50h	14:30h	16:20h
SEG 07/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com mel • Miguel: suco ou chá 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de frango, massa e legumes (batata, cenoura, chuchu, moranga) 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de frango, massa e legumes (batata, cenoura, chuchu, moranga) • Lara (usar arroz no lugar da massa) 	<ul style="list-style-type: none"> • Laranja
TER 08/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Bolacha caseira • Miguel: chá ou suco 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta cremosa com molho de frango • Salada mista (alface, cenoura, tomate) 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta cremosa com molho de frango • Salada mista (alface, cenoura, tomate) 	<ul style="list-style-type: none"> • Banana
QUA 09/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com queijo e requeijão • Miguel: chá + pão com biscoito salgado 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz carreteiro • Feijão • Repolho 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz carreteiro • Feijão • Repolho 	<ul style="list-style-type: none"> • Pêra
QUI 10/08	<ul style="list-style-type: none"> • Achocolatado • Pão com doce de frutas • (Miguel: 	<ul style="list-style-type: none"> • Cachorro quente com carne moída 	<ul style="list-style-type: none"> • Cachorro quente com carne moída • Lara (tapioca com carne moída) 	<ul style="list-style-type: none"> • Bergamota
SEX 11/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Ovos mexidos • Pão integral • Miguel (chá) 	<ul style="list-style-type: none"> • Cuquinha + chá de frutas 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo com cobertura e recheio em comemoração aos 20 anos da Escola (30kg torta encomendada + complemento) 	

SEMANA 3

DATA: 17/08/23 ATÉ 21/08/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	08:10h	09:50h	14:30h	16:20h
SEG 14/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com mel • Miguel (suco ou chá) 	<ul style="list-style-type: none"> • Quirera com carne moída • Repolho refogado 	<ul style="list-style-type: none"> • Quirera com carne moída • Repolho refogado 	Banana
TER 15/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Bolacha caseira • Miguel (suco ou chá) 	<ul style="list-style-type: none"> • Sanduíche de frango (frango desfiado + requeijão + alface e cenoura) • Miguel: não usar requeijão 	<ul style="list-style-type: none"> • Sanduíche de frango + alface e cenoura • Lara (usar pão sem glúten ou tapioca e usar requeijão sem lactose) 	Maçã
QUA 16/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com queijo ou puro • Miguel (chá ou suco) 	<ul style="list-style-type: none"> • Massa com frango • Salada de cenoura cozida 	<ul style="list-style-type: none"> • Massa com frango • Salada de cenoura cozida • Lara (massa de arroz) 	Melão
QUI 17/08	<ul style="list-style-type: none"> • Achocolatado • Sanduíche de frango • Miguel (chá ou suco) 	<ul style="list-style-type: none"> • Pizza de sardinha • Laranja • Miguel (massa sem leite) 	<ul style="list-style-type: none"> • Pizza de sardinha • Lara (bolo de caneca) 	Laranja
SEX 18/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com requeijão • (Miguel: chá + pão com doce de frutas) 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz, feijão, omelete, melão • Salada de brócolis 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz, feijão, omelete, melão • Salada de brócolis 	• Pêra

SEMANA 4

DATA: 21/08/23 ATÉ 25/08/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	08:10h	09:50h	14:30h	16:20h
SEG 21/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com requeijão • (Miguel: chá + pão com doce de frutas) 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz cozido, carne moída com batata em molho • Salada de tomate 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz cozido, carne moída com batata em molho • Salada de tomate 	<ul style="list-style-type: none"> • Laranja
TER 22/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com mel • Miguel (Suco ou chá) 	<ul style="list-style-type: none"> • Risoto com peito de frango + salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> • Risoto com peito de frango + salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> • Maçã
QUA 23/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Biscoito salgado • Miguel (chá ou suco) 	<ul style="list-style-type: none"> • Escondidinho de aipim com carne moída • Miguel (não usar queijo) 	<ul style="list-style-type: none"> • Escondidinho de aipim com carne moída • Lara (usar queijo sem lactose) 	<ul style="list-style-type: none"> • Melão
QUI 24/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com ovos mexidos 	<ul style="list-style-type: none"> • Pão de queijo • Chá de frutas • Miguel (massa de crepe/crepioca) 	<ul style="list-style-type: none"> • Pão de queijo • Chá de frutas • Miguel (massa de crepe/crepioca) 	<ul style="list-style-type: none"> • Pêra
SEX 25/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Ovos mexidos • Pão integral • Miguel (chá ou suco) 	<ul style="list-style-type: none"> • Macarrão à bolonhesa • Repolho 	<ul style="list-style-type: none"> • Macarrão à bolonhesa • Repolho • (Lara: macarrão de arroz + molho bolonhesa) 	<ul style="list-style-type: none"> • Banana

SEMANA 5

DATA: 28/08/23 ATÉ 01/09/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	08:10h	09:50h	14:30h	16:20h
SEG 28/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Biscoito salgado • Miguel (suco ou chá) 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta mole com ovos mexidos 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta mole com ovos mexidos 	<ul style="list-style-type: none"> • Laranja
TER 29/08	<ul style="list-style-type: none"> • leite com cacau • Pão com doce de frutas • (Miguel: suco ou chá) 	<ul style="list-style-type: none"> • Risoto com peito de frango + salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> • Risoto com peito de frango + salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> • Maçã
QUA 30/08	<ul style="list-style-type: none"> • café com leite • ovos mexidos + pão caseiro refinado • Miguel (suco ou chá) 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo salgado de frango 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo salgado de frango • Lara (crepioca com pasta de amendoim) 	<ul style="list-style-type: none"> • bergamota
QUI 31/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Bolacha caseira • (Miguel: suco ou chá) 	<ul style="list-style-type: none"> • bolo de banana com aveia + chá (Lara: bolo de caneca) 	<ul style="list-style-type: none"> • bolo de banana com aveia + chá (Lara: bolo de caneca) 	<ul style="list-style-type: none"> • laranja
SEX 01/09	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • pão com mel • Miguel (suco ou chá) 	<ul style="list-style-type: none"> • farofa de legumes com carne moída 	<ul style="list-style-type: none"> • farofa de legumes com carne moída 	<ul style="list-style-type: none"> • Banana

MÊS: SETEMBRO

DATA: 04/09/23 ATÉ 29/09/2023

SEMANA 1

DATA: 04/09/23 ATÉ 08/09/2023

	CAFÉ DA MANHÃ	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE
	08:10h	09:50h	14:30h
SEG 04/0 9	Café com leite Pão integral com mel Miguel (suco ou chá)	Pão de queijo Miguel (crepioca com pasta de amendoim)	Pão de queijo Lara (crepioca com pasta de amendoim)
TER 05/0 9	Café com leite Pão integral com requeijão Miguel (suco ou chá)	Polenta mole com frango Salada de repolho	Formação autismo
QUA 06/0 9	Café com leite Bolacha caseira de milho Miguel (suco ou chá)	Vitamina de leite frutas (banana, mamão, maçã, aveia) + biscoito de milho. OBS: não adicionar açúcar. Miguel: Frutas picadas	Vitamina de leite frutas (banana, mamão, maçã, aveia) + biscoito de milho. OBS: não adicionar açúcar. Lara: Frutas picadas com pasta de amendoim
QUI 07/0 9	FERIADO NACIONAL		
SEX 08/0 9	FERIADO ESTENDIDO		

SEMANA 2

DATA: 11/09/23 ATÉ 15/09/2023

	CAFÉ DA MANHÃ	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE
	08:10h	09:50h	14:30h
SEG 11/09	Café com leite Pão com mel Miguel (suco ou chá)	Quirera com carne moída Repolho refogado	Quirera com carne moída Repolho refogado
TER 12/09	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Bolacha caseira • Miguel (suco ou chá) 	Frutas picada (maçã, laranja, mamão, melão)	Frutas picada (maçã, laranja, mamão, melão)
QUA 13/09	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com queijo ou puro • Miguel (chá ou suco) 	Massa com frango Salada de cenoura cozida Lara (massa de arroz)	Massa com frango Salada de cenoura cozida Lara (massa de arroz)
QUI 14/09	<ul style="list-style-type: none"> • Achocolatado • Sanduíche de frango • Miguel (chá ou suco) 	Bolo de banana, uvas passas e aveia + chá de frutas	Bolo de banana, uvas passas e aveia + chá de frutas
SEX 15/09	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com requeijão • (Miguel: chá + pão com doce de frutas) 	Arroz, feijão, omelete, melão Salada de brócolis	Arroz, feijão, omelete, melão Salada de brócolis

SEMANA 3

DATA: 18/09/23 ATÉ 22/09/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE
	08:10h	09:50h	14:30h
SEG 18/09	Feijão mexido + café com leite	<ul style="list-style-type: none"> • Farofa de frango + café com leite 	<ul style="list-style-type: none"> • Farofa de frango + café com leite
TER 19/09	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com mel • Miguel (Suco ou chá) 	<ul style="list-style-type: none"> • Carreteiro de charque 	<ul style="list-style-type: none"> • carreteiro de carne de panela + salada de alface
QUA 20/09	FERIADO - 20 DE SETEMBRO - DIA DO GAÚCHO		
QUI 21/09	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com ovos mexidos 	<ul style="list-style-type: none"> • Pão de queijo • Chá de frutas • Miguel (massa de crepe/crepioca) • banana 	<ul style="list-style-type: none"> • Pão de queijo • Chá de frutas • Miguel (massa de crepe/crepioca) • banana
SEX 22/09	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Ovos mexidos • Pão integral • Miguel (chá ou suco) 	<ul style="list-style-type: none"> • Macarrão à bolonhesa • Repolho 	<ul style="list-style-type: none"> • Macarrão à bolonhesa • Repolho • (Lara: macarrão de arroz + molho bolonhesa)

SEMANA 4

DATA: 25/09/23 ATÉ 29/09/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE
	08:10h	09:50h	14:30h
SEG 25/09	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Biscoito salgado • Miguel (suco ou chá) 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de feijão com legumes • banana 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de feijão com legumes • banana
TER 26/09	<ul style="list-style-type: none"> • leite com cacau • Pão com doce de frutas • (Miguel: suco ou chá) 	<ul style="list-style-type: none"> • Risoto com peito de frango + salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> • Risoto com peito de frango + salada de alface
QUA 27/09	<ul style="list-style-type: none"> • café com leite • ovos mexidos + pão caseiro refinado • Miguel (suco ou chá) 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo salgado de frango • maçã 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo salgado de frango • Lara (crepioca com molho de frango)
QUI 28/09	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Bolacha caseira • (Miguel: suco ou chá) 	Mini pizza de carne moída Miguel: não usar requeijão	Mini pizza de carne moída Lara: Crepioca com carne moída
SEX 29/09	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • pão com mel • Miguel (suco ou chá) 	<ul style="list-style-type: none"> • farofa de legumes com carne moída 	<ul style="list-style-type: none"> • farofa de legumes com carne moída

MÊS: OUTUBRO

DATA: 02/10/23 ATÉ 27/10/2023

SEMANA 1

DATA: 02/10/23 ATÉ 06/10/2023

	CAFÉ DA MANHÃ	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE
	08:10h	09:50h	14:30h
SEG 02/10	Café com leite Pão integral com mel Miguel (suco ou chá)	Pão de queijo Miguel (crepioca com pasta de amendoim)	Pão de queijo Lara (crepioca com pasta de amendoim)
TER 03/10	Café com leite Pão integral com requeijão Miguel (suco ou chá + pão com geléia)	Polenta mole com frango Salada de repolho	Polenta mole com frango Salada de repolho
QUA 04/10	Café com leite Bolacha caseira de milho Miguel (suco ou chá)	Vitamina de leite frutas (banana, mamão, maçã, aveia) + biscoito de milho. OBS: não adicionar açúcar. Miguel: Frutas picadas	Vitamina de leite frutas (banana, mamão, maçã, aveia) + biscoito de milho. OBS: não adicionar açúcar. Lara: Frutas picadas com pasta de amendoim
QUI 05/10	Café com leite Sanduíche de frango	Salgado de aipim e frango empanado na farinha de rosca Suco de uva	Salgado de aipim e frango empanado na farinha de rosca Suco de uva
SEX 06/10	Café com leite Pão com ovos mexidos	Massa penne com sardinha Salada alface	Massa penne com sardinha Salada de alface

SEMANA 2

DATA:
09/10/23 ATÉ 13/10/2023

	CAFÉ DA MANHÃ	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE
	08:10h	09:50h	14:30h
SEG 09/10	Café com leite Pão com mel Miguel (suco ou chá)	Sanduíche de presunto, queijo, pepino, tomate, cenoura picadinhos Suco de laranja Miguel: Não usar queijo	Sanduíche de presunto, queijo, pepino, tomate, cenoura picadinhos Suco de laranja Lara: Crepioca com recheio de presunto, legumes picadinhos
TER 10/10	Café com leite Bolacha caseira Miguel (suco ou chá)	Cachorro quente com molho de salsicha Banana	Cachorro quente com molho de salsicha Banana Lara: Crepioca com molho de salsicha
QUA 11/10	Café com leite Pão com queijo ou puro Miguel (chá ou suco)	Pastel de carne moída assado Maçã	Pastel de carne moída assado Maçã Lara: Tapioca com carne
QUI 12/10	FERIADO NACIONAL - DIA DE NOSSA SENHORA APARECIDA		
SEX 13/10	FERIADO ESTENDIDO		

SEMANA 3

DATA: 16/10/23 ATÉ 20/10/2023

	CAFÉ DA MANHÃ	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE
	08:10h	09:50h	14:30h
SEG 16/10	Café com leite Pão com doce de frutas	Polenta com molho de frango Salada de repolho e cenoura ralados	Polenta com molho de frango Salada de repolho e cenoura ralados
TER 17/10	Café com leite Pão com ovos mexidos	Sanduíche de frango com requeijão, cenoura, tomate, alface Suco de uva	Sanduíche de frango com requeijão, cenoura, tomate, alface Suco de uva
QUA 18/10	Café com leite Pão com requeijão Miguel (Suco ou chá)	Massa com almôndegas em molho Salada de alface	Massa com almôndegas em molho Salada de alface
QUI 19/10	Café com leite Ovos mexidos Pão integral Miguel (chá ou suco)	Pão de queijo Suco de laranja (sem adição de açúcar) Miguel (massa de crepe/crepioca) banana	-
SEX 20/10	Café com leite Pão com Requeijão Miguel: chá ou suco + pão com mel ou geléia	Salada de frutas (caldo de laranja)	Salada de frutas (caldo de laranja)

SEMANA 4

DATA: 23/10/23 ATÉ 27/10/2023

	CAFÉ DA MANHÃ	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE
	08:10h	09:50h	14:30h
SEG 23/10	Café com leite Biscoito salgado Miguel (suco ou chá)	Risoto com peito de frango + salada de alface Banana	Risoto com peito de frango + salada de alface Banana
TER 24/10	Leite com cacau Pão com doce de frutas (Miguel: suco ou chá)	Bolo de banana, uvas passas e aveia + suco de maracujá Maçã	Bolo de banana, uvas passas e aveia + suco de maracujá Maçã
QUA 25/10	Café com leite Ovos mexidos + pão caseiro refinado Miguel (suco ou chá)	Salada de frutas	-
QUI 26/10	Café com leite Bolacha caseira (Miguel: suco ou chá)	Mini pizza de carne moída Miguel: não usar requeijão Suco de abacaxi Banana	Mini pizza de carne moída Lara: Crepioca com carne moída Suco de abacaxi Banana
SEX 27/10	Café com leite Pão com mel Miguel (suco ou chá)	Vitamina de leite e frutas (banana e mamão sem adição de açúcar) Miguel: frutas picadas com pasta de amendoim	Dia da criança e da família

SEMANA 5

DATA: 30/10/23 ATÉ 03/11/2023

	CAFÉ DA MANHÃ	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE
	08:10h	09:50h	14:30h
SEG 30/10	Café com leite Biscoito salgado Miguel (suco ou chá)	Escondidinho de aipim com carne moída Brócolis cozido Banana	Escondidinho de aipim com carne moída Brócolis cozido Banana
TER 31/10	leite com cacau Pão com doce de frutas (Miguel: suco ou chá)	Sorvete de frutas congeladas com iogurte natural (banana e framboesa) Maçã	Sorvete de frutas congeladas com iogurte natural (banana e framboesa) Maçã
QUA 01/11	café com leite ovos mexidos + pão caseiro refinado Miguel (suco ou chá)	Salgado de aipim e frango empanado na farinha de rosca + suco de uva Banana	Salgado de aipim e frango empanado na farinha de rosca + suco de uva Banana
QUI 02/11	FERIADO - DIA DE FINADOS		
SEX 03/11	FERIADO ESTENDIDO		

MÊS: NOVEMBRO

DATA: 06/11/23 A 01/12/23

SEMANA 1

DATA: 06/11/23 ATÉ 10/11/2023

	CAFÉ DA MANHÃ	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE
	08:10h	09:50h	14:30h
SEG 06/11	Café com leite Pão integral com mel Miguel (suco ou chá)	Pão de queijo + suco de laranja Banana Miguel (crepioca com pasta de amendoim) Café com leite ou suco de uva	Pão de queijo + suco de laranja Banana Lara (crepioca com pasta de amendoim) Café com leite ou suco de uva
TER 07/11	Café com leite Pão integral com requeijão Miguel (suco ou chá + pão com geléia)	Vitamina de leite frutas (banana, mamão, maçã, aveia) + biscoito de milho. OBS: não adicionar açúcar. Miguel: Frutas picadas	Vitamina de leite frutas (banana, mamão, maçã, aveia) + biscoito de milho. OBS: não adicionar açúcar. Lara: Frutas picadas com pasta de amendoim
QUA 08/11	Café com leite Bolacha caseira de milho Miguel (suco ou chá)	Polenta mole com frango Salada de repolho Maçã	Polenta mole com frango Salada de repolho Maçã
QUI 09/11	Café com leite Sanduíche de frango	Arroz com galinha Salada de alface Pêra	Arroz com galinha Salada de alface Pêra
SEX 10/11	Café com leite Pão com ovos mexidos	Salgado de aipim e frango empanado na farinha de rosca Suco de uva Morango	Salgado de aipim e frango empanado na farinha de rosca Suco de uva Morango

SEMANA 2

DATA: 13/11/23 ATÉ 17/11/2023

	CAFÉ DA MANHÃ	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE
	08:10h	09:50h	14:30h
SEG 13/11	Café com leite Pão com mel Miguel (suco ou chá)	Sanduíche de frango, queijo, pepino, tomate, cenoura picadinhos Suco de laranja Banana Miguel: Não usar queijo	Sanduíche de frango, queijo, pepino, tomate, cenoura picadinhos Suco de laranja Banana Lara: Crepioca com recheio de frango, legumes picadinhos
TER 14/11	Café com leite Bolacha caseira Miguel (suco ou chá)	Massa com frango Salada de repolho Maçã	Massa com frango Salada de repolho Maçã Lara: usar massa de arroz
QUA 15/11	FERIADO NACIONAL – PROCLAMAÇÃO DA REPÚBLICA		
QUI 16/11	Café com leite Pão com queijo ou puro Miguel (chá ou suco)	Pastel de carne moída assado + suco de abacaxi Maçã	Pastel de carne moída assado + suco de abacaxi Maçã Lara: Tapioca com carne
SEX 17/11	Café com leite Pão caseiro com doce de frutas sem açúcar	Salada de frutas + biscoitos salgados	Salada de frutas + biscoitos salgados Lara: salada de frutas

SEMANA 3

DATA: 20/11/23 ATÉ 24/11/23

	CAFÉ DA MANHÃ	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE
	08:10h	09:50h	14:30h
SEG 20/11	Café com leite Pão com doce de frutas	Polenta com molho de frango Salada de repolho e cenoura ralados Banana	Polenta com molho de frango Salada de repolho e cenoura ralados Banana
TER 21/11	Café com leite Pão com ovos mexidos	Sanduíche de frango com requeijão, cenoura, tomate, alface Suco de uva Maçã Miguel: não usar requeijão	Sanduíche de frango com requeijão, cenoura, tomate, alface Suco de uva Maçã Lara: Substituir o pão por tapioca, recheio sem requeijão
QUA 22/11	Café com leite Pão com requeijão Miguel (Suco ou chá)	Massa com almôndegas em molho Salada de alface Pêra	Massa com almôndegas em molho Salada de alface Pêra
QUI 23/11	Café com leite Ovos mexidos Pão integral Miguel (chá ou suco)	Pão de queijo Suco de laranja (sem adição de açúcar) Laranja Miguel (massa de crepe/crepioca)	Pão de queijo Suco de laranja (sem adição de açúcar) Laranja Lara (massa de crepe/crepioca)
SEX 24/11	Café com leite Pão com Requeijão Miguel: chá ou suco + pão com mel ou geléia	Salada de frutas (caldo de laranja)	Salada de frutas (caldo de laranja)

SEMANA 4

DATA: 27/11/23 ATÉ 01/12/23

	CAFÉ DA MANHÃ	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE
	08:10h	09:50h	14:30h
SEG 27/11	Café com leite Biscoito salgado Miguel (suco ou chá)	Risoto com peito de frango + salada de alface Banana	Risoto com peito de frango + salada de alface Banana
TER 28/11	Leite com cacau Pão com doce de frutas (Miguel: suco ou chá)	Bolo de banana, uvas passas e aveia + suco de maracujá Maçã	Bolo de banana, uvas passas e aveia + suco de maracujá Maçã
QUA 29/11	Café com leite Ovos mexidos + pão caseiro refinado Miguel (suco ou chá)	Salada de frutas + biscoitos salgados	Salada de frutas + biscoitos salgados
QUI 30/11	Café com leite Bolacha caseira (Miguel: suco ou chá)	Mini pizza de carne moída Miguel: não usar requeijão Suco de abacaxi Pêra	Mini pizza de carne moída Lara: Crepioca com carne moída Suco de abacaxi Pêra
SEX 01/12	Café com leite Pão com mel Miguel (suco ou chá)	Vitamina de leite e frutas (banana e mamão sem adição de açúcar) Miguel: frutas picadas com pasta de amendoim	Vitamina de leite e frutas (banana e mamão sem adição de açúcar) Lara: frutas picadas com pasta de amendoim

MÊS: DEZEMBRO

DATA: 04/12/23 A 20/12/23

SEMANA 1

DATA: 04/12/23 ATÉ 08/12/2023

	CAFÉ DA MANHÃ	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE
	08:10h	09:50h	14:30h
SEG 04/12	Café com leite Pão integral com mel Miguel (suco ou chá)	Pão de queijo + suco de laranja Banana Miguel (crepioca com pasta de amendoim) Café com leite ou suco de uva	Pão de queijo + suco de laranja Banana Lara (crepioca com pasta de amendoim) Café com leite ou suco de uva
TER 05/12	Café com leite Pão integral com requeijão Miguel (suco ou chá + pão com geléia sem açúcar)	Bolo de banana com uvas passas Café com leite ou suco de uva (conforme estiver o clima) Banana Miguel: Suco + bolo de banana	Bolo de banana com uvas passas Café com leite ou suco de uva (conforme estiver o clima) Banana Lara: bolo de caneca
QUA 06/12	Café com leite Pão com requeijão Miguel (suco ou chá)	Pão com ovos mexidos Maçã	Suco de laranja Bolacha salgada Maçã Lara: Crepioca com banana
QUI 07/12	Café com leite Sanduíche de frango	Arroz com galinha Salada de alface Pêra	Arroz com galinha Salada de alface Pêra
SEX 08/12	Café com leite Pão com geléia sem açúcar	Vitamina de leite com banana, mamão e maçã Biscoitos salgados Miguel: Frutas picadas + biscoito	Vitamina de leite com banana, mamão e maçã Biscoitos salgados

SEMANA 2

DATA: 11/12/23 ATÉ 15/12/2023

	CAFÉ DA MANHÃ	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE
	08:10h	09:50h	14:30h
SEG 11/1 2	Café com leite Pão com mel Miguel (suco ou chá)	pão de queijo	pão de queijo
TER 12/1 2	Café com leite Bolacha Miguel (suco ou chá)	bolo de cenoura	bolo de cenoura
QUA 13/1 2	Café com leite Pão com geléia sem açúcar ou puro	escondidinho de aipim com guizado	
QUI 14/1 2	Café com leite Pão com queijo ou puro Miguel (chá ou suco)	quirera com guizado	quirera com guizado
SEX 15/1 2	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR

