

CARDÁPIO ESCOLAR ENSINO FUNDAMENTAL

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	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h	16:45h
SEG 17/04	<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">• Salada de alface• Arroz• Feijão• Purê de batatas• Carne Moída com Molho	<ul style="list-style-type: none">• Sopa de Feijão com massa	<ul style="list-style-type: none">• Maça
TER 18/04	<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">• Salada de repolho cozido• Arroz• Feijão• Massa com carne Moída	<ul style="list-style-type: none">• Bolo de cenoura com cobertura	<ul style="list-style-type: none">• Banana
QUA 19/04	<ul style="list-style-type: none">• Café com leite• Pão caseiro	<ul style="list-style-type: none">• Pizza de Carne• Caqui	<ul style="list-style-type: none">• Salada de beterraba• Arroz• Feijão	<ul style="list-style-type: none">• Bolo de chocolate com cobertura de	<ul style="list-style-type: none">• Caqui

	<ul style="list-style-type: none"> • Mel 		<ul style="list-style-type: none"> • Frango assado 	cacau	
QUI 20/04	<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"> • Salada de abobrinha e tomate • Arroz • Feijão • Quirera • Carne de porco na panela 	<ul style="list-style-type: none"> • Pão de queijo 	<ul style="list-style-type: none"> • Bergamota
SEX 21/04	<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"> • Salada de cenoura • Carreteiro • Feijão 	<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	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTAR
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h	16:45h
SEG 24/04	<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"> • Salada de alface • Arroz • Feijão • Purê de batatas • Carne Moída com Molho 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de Feijão com massa 	<ul style="list-style-type: none"> • Maça
TER 25/04	<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"> • Salada de repolho cozido • Arroz • Feijão • Massa com carne Moída 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo de cenoura com cobertura 	<ul style="list-style-type: none"> • Banana
QUA 26/04	<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"> • Salada de beterraba • Arroz • Feijão • Frango assado 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo de chocolate com cobertura de cacau 	<ul style="list-style-type: none"> • Caqui
QUI 27/04	<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"> • Salada de abobrinha e tomate • Arroz • Feijão • Quirera • Carne de porco na panela 	<ul style="list-style-type: none"> • Pão de queijo 	<ul style="list-style-type: none"> • Bergamota
SEX 28/04	<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"> • Salada de cenoura • Carreteiro • Feijão 	<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	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h	16:45h
SEG 01/05	• FERIADO	• FERIADO	• FERIADO	• FERIADO	• FERIADO
TER 02/05	• Café com leite • Pão • Doce de Fruta	• Bolacha caseira • Leite com cacau • Fruta em excesso	• Coxa e sobrecoxa de frango com molho • Arroz • Feijão • Batata refogada • Cenoura e Alface	• Bolacha caseira • Leite com cacau • Fruta em excesso	• Banana
QUA 03/05	• Café com leite • Pão • Mel	• Sopa de frango • Arroz • Legumes • Pão	• Salada de repolho, tomate e alface • Carreteiro • Feijão	• Sopa de frango • Arroz • Legumes • Pão	• Pêra
QUI 04/05	• Café com leite • Pão • Ovos Mexidos	• Bolo salgado de carne • Banana	• Massa ao alho e óleo • Arroz • Feijão • Moranga caramelizada • Salada pepino, tomate, alface • Ovos	• Bolo salgado de carne • Banana	• Banana
SEX 05/05	• Café com leite • Pão • Requeijão	• Creme de chocolate com morango picado • Bolacha água e sal	• Strogonoff de carne • Arroz • Feijão • Alface • Salada mix repolho, chuchu, Temp. Verde	• 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	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h	16:45h
SEG 08/05	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Bolacha caseira 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de Agnoline • Pão caseiro 	<ul style="list-style-type: none"> • Salada de repolho, tomate e alface • Carreteiro • Feijão 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de Agnoline • Pão caseiro 	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta em excesso
TER 09/05	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão • Doce de Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo de coco • Manga 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão • Molho com carne Moída • Refogado de legumes • Salada Alface • Couve Flor com Brócolis • Tomate 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo de coco • Manga 	<ul style="list-style-type: none"> • Maçã
QUA 10/05	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão • Requeijão 	<ul style="list-style-type: none"> • Pastel assado • Suco de Abacaxi 	<ul style="list-style-type: none"> • Quirera com carne suína • Arroz • Feijão • Salada repolho, alface, chuchu com temp. verde 	<ul style="list-style-type: none"> • Pastel assado • Suco de Abacaxi 	<ul style="list-style-type: none"> • Pêra
QUI 11/05	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão • Ovos 	<ul style="list-style-type: none"> • Sagu com creme 	<ul style="list-style-type: none"> • Frango assado • Arroz • Feijão • Mandioca cozida • Salada Endívia, pepino, tomate 	<ul style="list-style-type: none"> • Sagu com creme 	<ul style="list-style-type: none"> • Banana
SEX 12/05	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão • Mel 	<ul style="list-style-type: none"> • Sanduich e com carne moída • Suco de uva 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão • Massa com molho de frango • Salada Alface, cenoura e tomate 	<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 MANHÃ	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h	16:45h
SEG 15/05	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com Requeijão 	<ul style="list-style-type: none"> • Leite com cacau • Bolacha água e sal 	<ul style="list-style-type: none"> • Salada de alface • Arroz • Lentilha • Purê de batatas • Molho de tomate com carne moída 	<ul style="list-style-type: none"> • Leite com cacau • Bolacha agua e sal 	<ul style="list-style-type: none"> • maça
TER 16/05	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com doce de fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo de banana com aveia 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão • Molho com frango • Salada Alface 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolacha 	<ul style="list-style-type: none"> • pera
QUA 17/05	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com ovo mexido 	<ul style="list-style-type: none"> • Piza de frango • Caqui 	<ul style="list-style-type: none"> • Bife acebolado • Arroz • Feijão • Purê de batatas • Salada de cenoura cozida 	<ul style="list-style-type: none"> • Pizza de frango 	<ul style="list-style-type: none"> • caqui
QUI 18/05	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com doce de fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Leite com cacau • Pão de queijo • Bergamota 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta Cremosa • Arroz • Feijão • Iscas de carne • Salada abobrinha 	<ul style="list-style-type: none"> • Leite com cacau • Pão de queijo 	<ul style="list-style-type: none"> • bergamota
SEX 19/05	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com requeijão 	<ul style="list-style-type: none"> • Pera 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão • Farofa com carne moída • Salada de tomate 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de agnholine 	<ul style="list-style-type: none"> • pera

SEMANA 4

DATA: 22/05/23 ATÉ 26/05/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h	16:45h
SEG 22/05	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com Requeijão 	<ul style="list-style-type: none"> • Creme de ovos com calda de frutas vermelhas 	<ul style="list-style-type: none"> • Salada de alface • Arroz • Lentilha • Purê de batatas • Molho de tomate com carne moída 	<ul style="list-style-type: none"> • Creme de ovos com calda de frutas vermelhas 	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta
TER 23/05	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com Mel 	<ul style="list-style-type: none"> • Achocolatado • Bolo salgado • fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão • Molho com frango • Salada Alface 	<ul style="list-style-type: none"> • Achocolatado • Bolo salgado 	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta
QUA 24/05	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Bolacha caseira 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão mexido • fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Bife acebolado • Arroz • Feijão • Purê de batatas • Salada de cenoura cozida 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão mexido 	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta
QUI 25/05	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com ovo mexido 	<ul style="list-style-type: none"> • Chá de frutas • Bolo de chocolate com cobertura de frutas • fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta Cremosa • Arroz • Feijão • Iscas de carne • Salada abobrinha 	<ul style="list-style-type: none"> • Chá de frutas • Bolo de chocolate com cobertura de frutas 	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta
SEX 26/05	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com doce de fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Pinhão cozido • fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão • Farofa com carne moída • Salada de tomate 	<ul style="list-style-type: none"> • Pinhão cozido 	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta

SEMANA 5

DATA: 29/05/23 ATÉ 31/05/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h	16:45h
SEG 29/05	<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"> • Arroz • Feijão • Espaguetti • Molho de tomate com carne moída • Salada de tomate 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de legumes, arroz e frango 	<ul style="list-style-type: none"> • Maça
TER 30/05	<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"> • Arroz • Feijão • Iscas de carne com molho e milho • Salada de repolho cozido 	<ul style="list-style-type: none"> • Creme de ovos com calda • Banana 	<ul style="list-style-type: none"> • Pera
QUA 31/05	<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"> • Frango grelhado • Arroz • Feijão • Salada de beterraba 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta cremosa com carne moída 	<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	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h	16:45h
QUI 01/06	<ul style="list-style-type: none">• Achocolatado• Bolacha caseira	<ul style="list-style-type: none">• Feijão mexido• bergamota	<ul style="list-style-type: none">• Arroz• Feijão• Carne de panela• Salada de abobrinha	<ul style="list-style-type: none">• Feijão mexido	<ul style="list-style-type: none">• bergamota
SEX 02/06	<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">• Salada de cenoura• Arroz carreteiro• Feijão• ovo cozido	<ul style="list-style-type: none">• Pinhão cozido	<ul style="list-style-type: none">• pera

SEMANA 2

DATA: 05/06/23 ATÉ 09/06/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h	16:45h
SEG 05/06					
TER 06/06					
QUA 07/06					
QUI 08/06	• FERIADO	• FERIADO	• FERIADO	• FERIADO	• FERIADO
SEX 09/06	• FERIADO	• FERIADO	• FERIADO	• FERIADO	• FERIADO

SEMANA 3

DATA: 12/06/23 ATÉ 16/06/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h	16:45h
SEG 12/06	• FERIADO	• FERIADO	• FERIADO	• FERIADO	• FERIADO
TER 13/06	• FERIADO	• FERIADO	• FERIADO	• FERIADO	• FERIADO
QUA 14/06	• Achocolatado • Bolacha salgada	• Café com leite • Bolo de coco com cobertura • Fruta	• Arroz • Feijão • Massa com molho • Salada	• Café com leite • Bolo de coco com cobertura • Fruta	• Frutas
QUI 15/06	• Café com leite • Pão com requeijão	• Quirera • Carne moída • Fruta	• Arroz carreteiro • Feijão • Ovos cozidos • Salada	• Quirera • Carne moída • Fruta	• Frutas
SEX 16/06	• Café com leite • Pão com doce de fruta	• Arroz doce • Fruta	• Arroz • Feijão • Carne moída ao molho • Salada	• Arroz doce • Fruta	• Frutas

SEMANA 5

DATA: 26/06/23 ATÉ 30/06/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h	16:45h
SEG 26/06	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Bolacha caseira 	<ul style="list-style-type: none"> • Massa à bolonhes a fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • Arroz com galinha • Saladas 	<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"> • Feijão • Arroz • Bife acebolado • Saladas 	<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"> • Feijão • Arroz • Almôndegas ao molho • Saladas 	<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"> • feijão • Arroz • Lasanha de frango com queijo • Saladas 	<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 queijão 	<ul style="list-style-type: none"> • Banana com calda de cacau • Bolacha salgada 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • Arroz • Strogonoff • Saladas 	<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 MANHÃ	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h	16:45h
SEG 03/07	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com queijo 	<ul style="list-style-type: none"> • Leite com cacau • Bolacha caseira • Banana 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • Arroz • Macarrão com molho de frango • Salada de repolho • Cenoura cozida 	<ul style="list-style-type: none"> • Leite com cacau • Bolacha caseira 	<ul style="list-style-type: none"> • Banana
TER 04/07	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com doce de frutas 	<ul style="list-style-type: none"> • Chá • Bolo de aveia com banana ou maçã • Fruta (maçã) 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • Arroz • Farofa de carne moída e legumes (repolho, cenoura ralada) • Ovos cozidos • Salada de alface + Beterraba cozida 	<ul style="list-style-type: none"> • Chá • Chá • Bolo de aveia com banana ou maçã 	<ul style="list-style-type: none"> • Maçã
QUA 05/07	<ul style="list-style-type: none"> • Achocolatado • Bolacha salgada 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz carreteiro • Feijão • Bergamota 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • Arroz • Aipim com carne suína • Couve-flor cozida + beterraba ralada 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz carreteiro • Feijão 	<ul style="list-style-type: none"> • Bergamota
QUI 06/07	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • sanduíche 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de canja de galinha • Moranguinhos 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • Arroz • Galeto com batata assados • Brócolis cozido 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de canja de galinha 	<ul style="list-style-type: none"> • Moranguinhos
SEX 07/07	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com ovos mexidos 	<ul style="list-style-type: none"> • Pizza de frango • Laranja 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • Arroz • Massa com temperinho verde • Almôndegas ao molho • Salada de beterraba 	<ul style="list-style-type: none"> • Pizza de frango 	<ul style="list-style-type: none"> • Banana

SEMANA 2

DATA: 10/07/23 ATÉ 14/07/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h	16:45h
SEG 10/07	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com mel 	<ul style="list-style-type: none"> • Pipoca • Suco de uva 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • Arroz • Purê de batata com guisado • Salada de tomate 	<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 queijão 	<ul style="list-style-type: none"> • Chá de camomila • Pizza de sardinha • Bergamota 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão • Carne de panela • Salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> • Chá de camomila • Pizza de sardinha 	<ul style="list-style-type: none"> • Bergamota
QUA 12/07	<ul style="list-style-type: none"> • Achocolatado • Bolacha caseira 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de feijão, massa e legumes • Bergamota 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • Arroz • Tortéi em molho • Frango assado • Salada de abobrinha 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de feijão, massa e legumes 	<ul style="list-style-type: none"> • Bergamota
QUI 13/07	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão caseiro • Doce de Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Pão de queijo + café com leite • Banana 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • Arroz • Quirera com carne suína • Couve refogada 	<ul style="list-style-type: none"> • Pão de queijo + café com leite 	<ul style="list-style-type: none"> • Banana
SEX 14/07	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Sanduíche 	<ul style="list-style-type: none"> • Sagu de uva • Pêra 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • arroz • Macarrão com molho de frango • Salada de cenoura ralada com repolho 	<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	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTAR
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h	16:45h
SEG 17/07		<ul style="list-style-type: none">• Bolo salgado de frango• Nega maluca com cobertura• Café	Formação professor es	<ul style="list-style-type: none">• Bolo salgado de frango• Nega maluca com cobertura• Café	
TER 18/07		<ul style="list-style-type: none">• Pastel frito de carne moída• Cuca rápida• Café		<ul style="list-style-type: none">• Pastel frito de carne moída• Cuca rápida• Café	
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	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTAR
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h	16:45h
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	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h	16:45h
SEG 31/07	Recesso Escolar				
TER 01/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com mel 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo de milho • Laranja 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • Arroz • Massa com molho de frango • Salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo de milho 	<ul style="list-style-type: none"> • Laranja
QUA 02/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Biscoito salgado 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de feijão com massa e legumes (cenoura, chuchu, vagem) 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • Arroz • Bife acebolado • Salada de tomate 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de feijão com massa e legumes (cenoura, chuchu, vagem) 	<ul style="list-style-type: none"> • Bergamota
QUI 03/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com ovos mexidos 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz doce • Banana • Intolerantes (usar leite sem lactose) 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • Arroz • Escondidinho de aipim com carne moída • Salada de vagem 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz doce • Intolerantes (usar leite sem lactose) 	<ul style="list-style-type: none"> • Banana
SEX 04/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Bolacha caseira 	<ul style="list-style-type: none"> • Leite com cacau + cuquinha caseira • Maçã • Intolerantes (leite sem lactose) + cuquinha 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • Arroz • Quirera com carne de porco • Couve refogada • Laranja picada 	<ul style="list-style-type: none"> • Leite com cacau + cuquinha caseira • Intolerantes (leite sem lactose) + cuquinha 	<ul style="list-style-type: none"> • Maçã

SEMANA 2

DATA: 07/08/23 ATÉ 11/08/2023

	CAFÉ DA MANHÃ	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h	16:45h
SEG 07/08	<ul style="list-style-type: none"> Café com leite Pão com mel 	<ul style="list-style-type: none"> Sopa de frango, massa e legumes (batata, cenoura, chuchu, moranga) 	<ul style="list-style-type: none"> Feijão Arroz com galinha Beterraba cozida 	<ul style="list-style-type: none"> Sopa de frango, massa e legumes (batata, cenoura, chuchu) 	<ul style="list-style-type: none"> Laranja
TER 08/08	<ul style="list-style-type: none"> Café com leite Bolacha caseira 	<ul style="list-style-type: none"> Cachorro quente com carne moída 	<ul style="list-style-type: none"> Feijão Arroz Batata à bolonhesa Alface 	<ul style="list-style-type: none"> Cachorro quente com carne moída 	<ul style="list-style-type: none"> Banana
QUA 09/08	<ul style="list-style-type: none"> Café com leite Pão com queijo e requeijão 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz carreteiro Feijão Repolho 	<ul style="list-style-type: none"> Feijão Arroz Macarrão com molho de frango Brócolis e couve-flor cozidos 	<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 fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Bolacha caseira Suco de uva 	<ul style="list-style-type: none"> Macarrão com carne moída Salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> Bolacha caseira Suco de uva 	<ul style="list-style-type: none"> Bergamota
SEX 11/08	<ul style="list-style-type: none"> Café com leite Ovos mexidos Pão integral 	<ul style="list-style-type: none"> Cuquinha 	<ul style="list-style-type: none"> Feijão Arroz Frango assado com batata doce Salada de vagem e tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Bolo com cobertura e recheio a combinar 	

SEMANA 3

DATA: 17/08/23 ATÉ 21/08/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h	16:45h
SEG 14/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com mel 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta à bolonhesa • Repolho refogado 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • Arroz • Aipim com carne de porco • Couve refogada 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta à bolonhesa • Repolho refogado 	<ul style="list-style-type: none"> • Bergamota
TER 15/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Bolacha caseira 	<ul style="list-style-type: none"> • Sagu com creme • Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • Arroz com galinha • Moranga caramelada • Repolho + cenoura ralados 	<ul style="list-style-type: none"> • Sagu com creme 	<ul style="list-style-type: none"> • Maçã
QUA 16/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com queijo 	<ul style="list-style-type: none"> • Massa com frango • Alface 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • Arroz • Massa com almôndegas ao molho vermelho • Chuchu cozido e cenoura 	<ul style="list-style-type: none"> • Massa com frango • Alface 	<ul style="list-style-type: none"> • Banana
QUI 17/08	<ul style="list-style-type: none"> • Achocolatado • Sanduíche de frango 	<ul style="list-style-type: none"> • Pizza de sardinha • adaptar para intolerantes • Laranja 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • Arroz • Lasanha de frango • Salada de brócolis e couve-flor cozidos 	<ul style="list-style-type: none"> • Pizza de sardinha • adaptar para intolerantes 	<ul style="list-style-type: none"> • Laranja
SEX 18/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Ovos mexidos • Pão integral 	<ul style="list-style-type: none"> • Pão de queijo • Café com leite • adaptar para intolerantes 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • Arroz • Escondidinho de batata com frango • Tomate e alface 	<ul style="list-style-type: none"> • Pão de queijo • Café com leite • adaptar para intolerantes 	<ul style="list-style-type: none"> • Banana

SEMANA 4

DATA: 21/08/23 ATÉ 25/08/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h	16:45h
SEG 21/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com mel 	<ul style="list-style-type: none"> • Macarrão à bolonhesa • Repolho 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão, arroz, carne moída tipo pastel com ovo cozido • Salada de beterraba cozida 	<ul style="list-style-type: none"> • Macarrão à bolonhesa • Repolho 	<ul style="list-style-type: none"> • Maçã
TER 22/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Biscoito salgado 	<ul style="list-style-type: none"> • Risoto com peito de frango + salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão, arroz, bife de frango grelhado, purê de batata, salada de vagem + tomate 	<ul style="list-style-type: none"> • Risoto com peito de frango + salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> • Laranja
QUA 23/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Sanduíche de frango 	<ul style="list-style-type: none"> • Nega maluca + banana • Intolerantes (usar leite sem lactose) 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão, arroz, panqueca de carne moída • Salada de brócolis 	<ul style="list-style-type: none"> • Nega maluca • Intolerantes (usar leite sem lactose) 	<ul style="list-style-type: none"> • Banana
QUI 24/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com ovos mexidos 	<ul style="list-style-type: none"> • Sanduíche de frango (frango desfiado, tomate, cenoura, alface, requeijão) 	<ul style="list-style-type: none"> • Lentilha, arroz, carne de panela em molho + moranga refogada com tempero verde • Salada de cenoura e beterraba raladas 	<ul style="list-style-type: none"> • Sanduíche de frango (frango desfiado, tomate, cenoura, alface, requeijão) 	<ul style="list-style-type: none"> Bergamota
SEX 25/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Biscoito caseiro 	<ul style="list-style-type: none"> • Torta de bolacha + banana • Intolerantes (usar leite sem lactose) 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão, arroz com galinha, salada mista (alface, tomate, cebola, cenoura) 	<ul style="list-style-type: none"> • Torta de bolacha • Intolerantes (usar leite sem lactose) 	<ul style="list-style-type: none"> • banana

SEMANA 5

DATA: 28/08/23 ATÉ 01/09/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	PRÉ-JANTA
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h	16:45h
SEG 28/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Biscoito salgado 	<ul style="list-style-type: none"> • Sagu com creme 	<ul style="list-style-type: none"> • Lentilha, Arroz colorido • Bife de frango grelhado • Chuchu cozido 	<ul style="list-style-type: none"> • Sagu com creme 	<ul style="list-style-type: none"> • maçã
TER 29/08	<ul style="list-style-type: none"> • leite com cacau • Pão com doce de frutas • 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo de banana com aveia 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • Risoto de frango • Salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo de banana com aveia 	<ul style="list-style-type: none"> • Banana
QUA 30/08	<ul style="list-style-type: none"> • café com leite • ovos mexidos + pão caseiro refinado 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de feijão com legumes 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • Arroz • Macarrão à bolonhesa • Salada de brócolis + couve-flor 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de feijão com legumes 	<ul style="list-style-type: none"> • Laranja
QUI 31/08	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Bolacha caseira 	<ul style="list-style-type: none"> • Farofa de legumes com carne moída 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • Arroz • Coscuz colorido com cubos de frango • Beterraba ralada 	<ul style="list-style-type: none"> • Farofa de legumes com carne moída 	<ul style="list-style-type: none"> • Bergamota
SEX 01/09	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • pão com mel 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz doce (adaptar para intolerantes) 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • Arroz • Polenta com carne de porco • Salada de repolho com cenoura ralada 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz doce (adaptar para intolerantes) 	<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	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h
SEG 04/09	Café com leite Pão integral com mel	Maçã	Arroz Feijão Batata corada com temperinho verde Omelete com legumes Salada de brócolis	Pão de queijo
TER 05/09	Café com leite Pão integral com requeijão	Bolo de cenoura com cobertura	-	Sem aula Formação sobre autismo
QUA 06/09	Café com leite Bolacha caseira de milho	Vitamina de leite frutas (banana, mamão, maçã, aveia) + biscoito de milho	Arroz Feijão Polenta com frango couve refogada	Vitamina de leite frutas (banana, mamão, maçã, aveia) + biscoito de milho
QUI 07/09	FERIADO NACIONAL			
SEX 08/09	FERIADO ESTENDIDO			

SEMANA 2

DATA: 11/09/23 ATÉ 15/09/2023

	CAFÉ DA MANHÃ	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h
SEG 11/09	Café com leite Pão com ovos mexidos	Laranja	Feijão Arroz Panqueca de carne moída Salada de alface	Torta de Bolacha
TER 12/09	Café com leite Pão com mel	Bolo de milho	Feijão Arroz Polenta + carne de porco Salada de alface e beterraba cozida	Frutas picada (maçã, laranja, mamão, melão)
QUA 13/09	Café com leite Biscoito salgado		Feijão Arroz Lasanha de frango Salada de tomate e repolho	Banana
QUI 14/09	Café com leite Sanduíche de frango	Massa com molho de frango Salada de repolho	Feijão Arroz de forno Carne de panela Salada mista	Massa com molho de frango Salada de repolho
SEX 15/09	Café com leite Pão com doce de frutas	Banana	Feijão Arroz Macarrão com molho de frango Salada de cenoura, beterraba raladas	Farofa de legumes

SEMANA 3

DATA: 18/09/23 ATÉ 22/09/2023

	CAFÉ DA MANHÃ	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h
SEG 18/09	Feijão mexido + café com leite	Maçã	Arroz, Feijão Escondidinho de aipim com carne moída Salada de chuchu	Farofa de frango + café com leite
TER 19/09	Café com leite Bolacha caseira	Carreteiro de charque	Arroz, Feijão Batata cozida + iscas de carne de panela em molho Salada de repolho com tomate	Arroz doce
QUA 20/09	FERIADO - DIA DO GAÚCHO			
QUI 21/09	Café com leite Pão com doce de frutas	Mini pizza de carne moída Banana	Arroz, feijão, Estrogonofe de frango Salada de brócolis e couve-flor	Mini pizza de carne moída Banana
SEX 22/09	Café com leite Pão com queijo	Bolacha caseira + suco de uva + maçã	Arroz Feijão Farofa de legumes com carne Salada de repolho com tomate	Bolacha caseira + suco de uva + maçã

SEMANA 4

DATA: 25/09/23 ATÉ 29/09/2023

	CAFÉ DA MANHÃ	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h
SEG 25/09	Café com leite Pão integral com requeijão	Polenta cremosa à bolonhesa Repolho	Arroz Feijão Salada de batata, cenoura com ovos Abacaxi fatiado	Polenta cremosa à bolonhesa Repolho
TER 26/09	Café com leite Pão com mel	Nega maluca com cobertura Café com leite	Arroz, feijão, tortéi com molho de frango Salada mista	Nega maluca com cobertura Café com leite
QUA 27/09	Café com leite Sanduíche de frango	Farofa de legumes Suco de uva	Arroz, feijão, cubos de frango ao molho de milho verde Chuchu cozido Mix de folhas verdes	Farofa de legumes Suco de uva
QUI 28/09	Café com leite Biscoitos salgados	Cachorro quente de carne moída	Arroz, feijão, carne de panela ao molho na panela de pressão Salada de Brócolis	Cachorro quente de carne moída
SEX 29/09	Café com leite Pão integral com doce de frutas	Vitamina de banana com maçã + biscoitos salgados	Arroz, feijão, Bife de frango grelhado, moranga refogada com tempero verde Salada de repolho e cenoura ralada	Vitamina de banana com maçã + biscoitos salgados

MÊS: OUTUBRO

DATA: 02/10/23 ATÉ 27/10/2023

SEMANA 1

DATA: 02/10/23 ATÉ 06/10/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h
SEG 02/10	Café com leite Pão integral com mel	Maçã	Arroz Feijão Batata corada com temperinho verde Omelete com legumes Salada de brócolis	Pão de queijo
TER 03/10	Café com leite Pão integral com requeijão	Bolo de cenoura com cobertura	Arroz Feijão Polenta com frango couve refogada	Bolo de cenoura com cobertura
QUA 04/10	Café com leite Biscoito salgado	Pão com ovos mexidos	Arroz, feijão, aipim com carne de porco Couve refogada Beterraba cozida	Banana + bolacha de milho
QUI 05/10	Café com leite Pão com geléia	Arroz com galinha Salada de alface	Arroz, feijão, cuscuz de panela salada de brócolis, couve flor alface	Arroz com galinha salada de alface
SEX 06/10	Café com leite Pão com mel	Banana	Arroz Feijão Macarrão ao alho e óleo salada de cenoura ralada e repolho	pipoca + suco de abacaxi com hortelã

SEMANA 2

DATA:

09/10/23 ATÉ 13/10/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h
SEG 09/10	Café com leite Pão com requeijão	Laranja	Feijão Arroz Panqueca de carne moída Salada de alface	Pão de queijo
TER 10/10	Café com leite Pão com mel	Cachorro quente com molho de salsicha	Feijão Arroz Massa ao alho e óleo Salada de alface e beterraba cozida	Cachorro quente com molho de salsicha
QUA 11/10	Café com leite Pão com requeijão	Pastel de carne moída assado	Feijão Arroz Lasanha de frango Salada de tomate e repolho	Pastel de carne moída assado
QUI 12/10	FERIADO - DIA DE NOSSA SENHORA APARECIDA			
SEX 13/10	FERIADO ESTENDIDO			

SEMANA 3

DATA: 16/10/23 ATÉ 20/10/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h
SEG 16/10	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com mel 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta à bolonhesa • Repolho refogado 	<ul style="list-style-type: none"> • Lentilha • Arroz • Aipim com carne de porco • Couve refogada 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta à bolonhesa • Repolho refogado
TER 17/10	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Bolacha caseira 	<ul style="list-style-type: none"> Bolacha salgada Suco de uva Banana 	-	<ul style="list-style-type: none"> Bolacha salgada Suco de uva Banana
QUA 18/10	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Pão com queijo 	<ul style="list-style-type: none"> • Massa com frango • Alface 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • Arroz • Massa com almôndegas ao molho vermelho • Chuchu cozido e cenoura 	<ul style="list-style-type: none"> • Massa com frango • Alface
QUI 19/10	<ul style="list-style-type: none"> • Achocolatado • Sanduíche de frango 	<ul style="list-style-type: none"> • Pizza de carne moída • adaptar para intolerantes • Laranja 	-	Evento do outubro rosa
SEX 20/10	<ul style="list-style-type: none"> • Café com leite • Ovos mexidos • Pão integral 	<ul style="list-style-type: none"> Frutas picadas com iogurte 	<ul style="list-style-type: none"> • Feijão • Arroz • Escondidinho de batata com frango • Tomate e alface 	<ul style="list-style-type: none"> Frutas picadas com iogurte

SEMANA 4

DATA: 23/10/23 ATÉ 27/10/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h
SEG 23/10	Café com leite Pão integral com requeijão	Laranja	Arroz Feijão Salada de batata, cenoura com ovos salada de chuchu	Polenta cremosa à bolonhesa Repolho
TER 24/10	Café com leite Pão com mel	Nega maluca com cobertura Café com leite	Arroz, lentilha, tortei com molho de frango Salada mista	Nega maluca com cobertura Café com leite
QUA 25/10	Café com leite Sanduíche de frango	Frutas picadas	-	<u>Formação de professores</u>
QUI 26/10	Café com leite Biscoitos salgados	Polenta com molho de frango Salada de repolho	Arroz, feijão, Bife de frango grelhado, moranga refogada com tempero verde Salada de repolho e cenoura ralada	Polenta com molho de frango Salada de repolho
SEX 27/10	Café com leite Pão integral com doce de frutas	Banana + biscoitos salgados	Arroz, lentilha, carne de panela em molho Salada de brócolis	Evento dia da criança e da família

SEMANA 5

DATA: 30/10/23 ATÉ 03/11/2023

	CAFÉ DA MANHÃ	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h
SEG 30/1 0	Café com leite Pão com ovos mexidos	Laranja	Feijão Arroz Panqueca de carne moída Salada de alface	Torta de Bolacha
TER 31/1 0	Café com leite Pão com mel	Bolo de milho	Lentilha Arroz Polenta + carne de porco Salada de alface e beterraba cozida	Frutas picada (maçã, laranja, mamão, melão)
QUA 01/1 1	Café com leite Biscoito salgado	Sagu com creme	Feijão Arroz Lasanha de frango Salada de tomate e repolho	Sagu com creme
QUI 02/1 1	FERIADO DIA DE FINADOS			
SEX 03/1 1	FERIADO ESTENDIDO			

MÊS: NOVEMBRO

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

SEMANA 1

DATA: 06/11/23 ATÉ 10/11/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h
SEG 06/11	Café com leite Pão integral com mel	Maçã	Arroz Feijão Batata corada com temperinho verde Omelete com legumes Salada de brócolis	Pão de queijo
TER 07/11	Café com leite Pão integral com requeijão	Bolo de cenoura com cobertura	Arroz Lentilha Polenta com frango couve refogada	Bolo de cenoura com cobertura
QUA 08/11	Café com leite Biscoito salgado	Pão com ovos mexidos	Arroz, feijão, quirera com carne de porco Couve refogada Beterraba cozida	Banana + bolacha de milho
QUI 09/11	Café com leite Pão com geléia	Arroz com galinha Salada de alface	Arroz, feijão, cuscuz de panela salada de brócolis, couve flor alface	Arroz com galinha salada de alface
SEX 10/11	Café com leite Pão com mel	Banana	Arroz Feijão Macarrão ao alho e óleo salada de cenoura ralada e repolho	pipoca + suco de abacaxi com hortelã

SEMANA 2

DATA: 13/11/23 ATÉ 17/11/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h
	Café com leite Pão com requeijão	Laranja	Feijão Arroz Panqueca de carne moída Salada de alface	Pão de queijo
TER 14/11	Café com leite Pão com mel	logurte com bolacha	Feijão Arroz Massa ao alho e óleo Salada de alface e beterraba cozida	logurte com bolacha de milho
QUA 15/11	FERIADO PROCLAMAÇÃO DA REPÚBLICA			
QUI 16/11	Café com leite Pão com requeijão	Torta de bolacha	Feijão Arroz Frango assado com batata doce Couve endívia Cenoura ralada	Torta de bolacha
SEX 17/11	Café com leite Pão caseiro com doce de frutas	Salada de frutas	Feijão Arroz Polenta com molho de frango Salada de tomate e repolho	Salada de frutas

SEMANA 3

DATA: 20/11/23 ATÉ 24/11/23

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h
SEG 20/11	Café com leite Pão com mel	Banana	Feijão Arroz Purê de batata com molho de carne moída Feijão de vagem com tomate	Polenta à bolonhesa Repolho refogado
TER 21/11	Café com leite Bolacha caseira	Sagu com creme	Feijão Arroz Quirera com carne de porco Repolho e cenoura ralados	Sagu com creme
QUA 22/11	Café com leite Pão com queijo	Massa com frango Alface	Feijão Arroz Massa com almôndegas ao molho vermelho Chuchu cozido e cenoura	Massa com frango Alface
QUI 23/11	Café com leite Ovos mexidos Pão integral	Pão de queijo Suco de uva	Feijão Arroz Estrogonofe de frango Moranga com temperinho	Pão de queijo Suco de uva
SEX 24/11	Café com leite Pão refinado Doce de frutas	Frutas picadas com iogurte	Feijão Arroz Escondidinho de batata com frango Tomate e alface	Frutas picadas com iogurte

SEMANA 4

DATA: 27/11/23 ATÉ 01/12/23

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h
SEG 27/11	Café com leite Pão integral com requeijão	Laranja	Arroz Feijão Salada de batata, cenoura com ovos salada de chuchu	Polenta cremosa à bolonhesa Repolho
TER 28/11	Café com leite Pão com mel	Nega maluca com cobertura Café com leite	Arroz, lentilha Tortéi com molho de frango Salada mista	Nega maluca com cobertura Café com leite
QUA 29/11	Café com leite Sanduíche de frango	Cachorro quente de carne moída	Arroz Feijão Arroz carreteiro Ovos cozidos Salada de vagem e tomate	Cachorro quente de carne moída
QUI 30/11	Café com leite Biscoitos salgados	Polenta com molho de frango Salada de repolho	Arroz, feijão, Bife de frango grelhado, moranga refogada com tempero verde Salada de repolho e cenoura ralada	Polenta com molho de frango Salada de repolho
SEX 01/11	Café com leite Pão integral com doce de frutas	Vitamina de frutas + biscoito salgado	Arroz, lentilha Carne de panela em molho Salada de brócolis	Vitamina de Frutas + biscoito salgado

MÊS: DEZEMBRO

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

SEMANA 1

DATA: 04/12/23 ATÉ 08/12/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h
SEG 04/12	Café com leite Pão integral com mel	Maçã	Arroz Feijão Macarrão com frango Salada mista	Pão de queijo Banana
TER 05/12	Café com leite Pão integral com requeijão	Arroz com galinha Salada de alface	Arroz Feijão Polenta com frango couve refogada	Arroz com galinha Salada de alface
QUA 06/12	Café com leite Biscoito salgado	Pão com ovos mexidos	Arroz, feijão, bife acebolado, batata corada Salada de alface Beterraba cozida	Banana + bolacha de milho + suco de laranja
QUI 07/12	Café com leite Pão com geléia	Bolo de cenoura Suco de uva Maçã	Arroz, feijão, cuscuz de panela salada de brócolis, couve flor alface	Bolo de cenoura Suco de uva Maçã
SEX 08/12	Café com leite Pão com mel	Vitamina de leite com banana, mamão e maçã Biscoitos salgados	Arroz Feijão Macarrão ao alho e óleo salada de cenoura ralada e repolho	Vitamina de leite com banana, mamão e maçã Biscoitos salgados

SEMANA 2

DATA: 11/12/23 ATÉ 15/12/2023

	CAFÉ DA MANHA	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
	07:40h	09:45h	11:45h	14:25h
SEG 11/12	Café com leite Pão com requeijão	logurte com bolacha	-	pipoca
TER 12/12	Café com leite Pão com mel	bolo de cenoura	-	bolo de cenoura
QUA 13/12	Café com leite Pão com doce de frutas	arroz com galinha	-	-
QUI 14/12	Café com leite Pão com requeijão	arroz,feijão,carne salada	-	arroz,feijão,carne salada
SEX 15/12	Café com leite Pão caseiro com doce de frutas	bolo de cacau com cobertura	-	bolo de cacau com cobertura