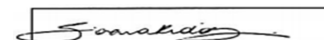


**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - EDUCAÇÃO INFANTIL (EMEI's e CRECHES PARCEIRAS)**
**CARDÁPIO MÊS: OUTUBRO / 2019**

DATA	9/30/2019	10/1/2019	10/2/2019	10/3/2019	10/4/2019
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	Mingau de fubá com aveia	Leite Bolo de maçã com aveia	Leite PÃO DOCE OU DE SAL COM MARGARINA	Vitamina de banana nanica Biscoito salgado	Leite Bolo simples
ALMOÇO	Ovos cozidos ao molho de tomate COUVE refogada Salada de cenoura ralada Arroz simples Tutu de feijão  Laranja Pera	Filé de frango ao molho de tomate Salada de ALFACE e beterraba Arroz simples Feijão simples  Melancia	Carne cozida com moranga Salada de tomate Arroz simples Feijão simples  Laranja pera	Cubos de pernil refogadas com repolho Cenoura Vicky (cenoura em rodela refogada) Arroz simples Feijão preto	Coxa e sobrecoxa ensopada Virado de abobrinha Arroz simples Feijão simples  Laranja pera
REFEIÇÃO DA TARDE	Leite Banana prata	Leite Mamão	Leite Maçã	Leite Mamão	Leite Banana nanica
JANTAR	Mugica com Iscas de filé de frango (farinha de mandioca, tomate e cenoura) Arroz simples	Macarrão "pai nosso" com filé de frango, cenoura e tomate	Batata gratinada com sardinha Arroz simples	Minestrone (carne bovina, moranga, chuchu, macarrão "conchinha" e feijão batido)	Creme de moranga com filé de frango Arroz simples

OBS: Adequação do cardápio para crianças de 1 a 2 anos: As preparações com o leite e os sucos não deverão ser adoçadas.  
 Acrescentar CHEIRO VERDE todos os dias nas preparações do almoço e prato único.  
 Cardápio sujeito a alterações.



Giovana Ridolfi Aburachid  
 Nutricionista CRN9- 11566  
 BM 101.343-0

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - EDUCAÇÃO INFANTIL (EMEI's e CRECHES PARCEIRAS)

CARDÁPIO MÊS: OUTUBRO / 2019

DATA	10/7/2019	10/8/2019	10/9/2019	10/10/2019	10/11/2019
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	Frapê de manga Biscoito doce	Leite Bolo fim de tarde	Leite com chocolate em pó PÃO DOCE OU DE SAL COM MARGARINA	Vitamina Rosê (Banana nanica, beterraba e cenoura) Biscoito salgado	Leite Bolo de cenoura com cobertura de chocolate
ALMOÇO	Iscas de pernil refogadas Polenta com adição de cenoura ao molho COUVE refogada Arroz simples Feijão simples	Filé de frango desfiado ao molho de tomate com milho Salada de ALFACE Batata doce Arroz simples Feijão simples	Carne cozida Purê de inhame Salada de beterraba em cubinhos com milho Arroz simples Feijão simples  Melão	Estrogonofe à Vidigal (cubos de filé de frango, cenoura, tomate, azeitona, leite e aveia) Batata sauté Salada de tomate Arroz simples Feijão simples	Lombo de panela ao molho ferrugem Farofa com ovos Salada de cenoura e vagem Arroz simples Feijão simples  Melancia
REFEIÇÃO DA TARDE	Arroz doce com coco	Suco de limão com beterraba Biscoito de polvilho	Frapê de maracujá	Leite com chocolate em pó Biscoito salgado	Salada de frutas (banana nanica, maçã e laranja pera)
JANTAR	Canjiquinha com carne bovina, cenoura e chuchu Maçã	Macarronada (carne bovina, tomate, azeitona, macarrão "pai nosso")	Tutu de Feijão com cubos de pernil ao molho (acrescentar tomate e cenoura ao molho) Arroz simples	Suco de abacaxi Sanduíche (PÃO com molho de carne bovina, tomate, milho e cenoura)	Creme de legumes (batata, cenoura e chuchu) com filé de frango

OBS: Adequação do cardápio para crianças de 1 a 2 anos: As preparações com o leite e os sucos não deverão ser adoçadas.  
Acrescentar CHEIRO VERDE todos os dias nas preparações do almoço e prato único.  
Cardápio sujeito a alterações.

*Giovana Ridoffi Aburachid*  
Giovana Ridoffi Aburachid  
Nutricionista CRN9- 11566  
BM 101.343-0

**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - EDUCAÇÃO INFANTIL (EMEI's e CRECHES PARCEIRAS)**

**CARDÁPIO MÊS: OUTUBRO / 2019**

DATA	10/14/2019	10/15/2019	10/16/2019	10/17/2019	10/18/2019
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Frapê de manga Biscoito doce	Leite Bolo fim de tarde	Leite com chocolate em pó PÃO DOCE OU DE SAL COM MARGARINA	Vitamina Rosê (Banana nanica, beterraba e cenoura) Biscoito salgado	Leite Bolo de cenoura com cobertura de chocolate
<b>ALMOÇO</b>	Iscas de pernil refogadas Polenta com adição de cenoura ao molho) COUVE refogada Arroz simples Feijão simples	Filé de frango desfiado ao molho de tomate com milho Salada de ALFACE Batata doce Arroz simples Feijão simples	Carne cozida Purê de inhame Salada de beterraba em cubinhos com milho Arroz simples Feijão simples  Melão	Estrogonofe à Vidigal (cubos de filé de frango, cenoura, tomate, azeitona, leite e aveia) Batata sauté Salada de tomate Arroz simples Feijão simples	Lombo de panela ao molho ferrugem Farofa com ovos Salada de cenoura e vagem Arroz simples Feijão simples  Melancia
<b>REFEIÇÃO DA TARDE</b>	Arroz doce com coco	Suco de limão com beterraba Biscoito de polvilho	Frapê de maracujá	Leite com chocolate em pó Biscoito salgado	Salada de frutas (banana nanica, maçã e laranja pera)
<b>JANTAR</b>	Canjiquinha com carne bovina, cenoura e chuchu Maçã	Macarronada (carne bovina, tomate, azeitona e macarrão "pai nosso")	Tutu de Feijão com cubos de pernil ao molho com adição de tomate e cenoura ao molho) Arroz simples	Suco de abacaxi Sanduíche (PÃO com molho de carne bovina, tomate, milho e cenoura)	Creme de legumes (batata, cenoura e chuchu) com filé de frango

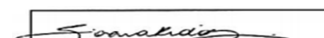
OBS: Adequação do cardápio para crianças de 1 a 2 anos: As preparações com o leite e os sucos não deverão ser adoçadas.  
Acrescentar CHEIRO VERDE todos os dias nas preparações do almoço e prato único.  
Cardápio sujeito a alterações.

**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - EDUCAÇÃO INFANTIL (EMEI's e CRECHES PARCEIRAS)**

**CARDÁPIO MÊS: OUTUBRO / 2019**

DATA	10/21/2019	10/22/2019	10/23/2019	10/24/2019	10/25/2019
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	Frapê de manga Biscoito doce	Leite Bolo fim de tarde	Leite PÃO DOCE OU DE SAL COM MARGARINA	Vitamina de banana nanica com aveia	Leite Bolo de moranga
ALMOÇO	Carne cozida com batata doce Cenoura e chuchu em cubinhos refogados Arroz simples Feijão simples	Filé de frango desfiado ao molho de tomate Angu Salada de ALFACE Arroz simples Feijão simples	Isclas de pernil refogadas Purê de inhame Salada de beterraba ralada Arroz simples Feijão simples  Melão	Cubos de filé de frango acebolados Cenoura Vicky (cenoura em rodela refogada) Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil acebolados Refogado de abobrinha e cenoura Arroz simples Feijão simples  Laranja pera
REFEIÇÃO DA TARDE	Leite Maçã	Frapê de maracujá	Suco de limão com beterraba Biscoito de polvilho	Leite Mamão	Leite Banana nanica
JANTAR	Arroz temperado com carne bovina, cenoura, tomate e COUVE	Feijão enriquecido com beterraba e batata doce e pernil em cubos Arroz simples	Macarronada (carne bovina, tomate, cenoura, macarrão pai nosso)	Creme de moranga com cubos de pernil Arroz simples	Sopa de lentilha (Lentilha, "macarrão conchinha", filé de frango, batata e cenoura.

OBS: Adequação do cardápio para crianças de 1 a 2 anos: As preparações com o leite e os sucos não deverão ser adoçadas.  
Acrescentar CHEIRO VERDE todos os dias nas preparações do almoço e prato único.  
Cardápio sujeito a alterações.



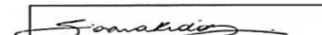
Giovana Ridoffi Aburachid  
Nutricionista CRN9- 11566  
BM 101.343-0

**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - EDUCAÇÃO INFANTIL (EMEI's e CRECHES PARCEIRAS)**

**CARDÁPIO MÊS: OUTUBRO / 2019**

DATA	10/28/2019	10/29/2019	10/30/2019	10/31/2019	11/1/2019
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	Mingau de fubá	Leite Bolo de chocolate com aveia	Leite PÃO DOCE OU DE SAL COM MARGARINA	Vitamina Rosê (banana nanica, beterraba e cenoura) Biscoito salgado	Leite Bolo de limão
ALMOÇO	Purê de batata ao molho de sardinha Salada de ALFACE e beterraba ralada Arroz simples Feijão simples  Manga	Carne cozida com batata doce Salada de COUVE com tomate Arroz simples Feijão preto  Melancia	Ovos cozidos ao molho de tomate Salada de cenoura ralada Arroz simples Tutu de Feijão  Abacaxi	Isclas de pernil refogadas Moranga refogada Salada de tomate Arroz simples Feijão simples	Coxa e sobrecoxa assada Jardineira de legumes (batata, cenoura e vagem) Arroz simples Feijão simples  Laranja pera
REFEIÇÃO DA TARDE	Leite Banana prata	Leite Mamão	Suco de limão Bolo fim de tarde	Frapê de maracujá	Leite Banana nanica
JANTAR	Mugica com Isclas de filé de frango (farinha de mandioca, tomate, chuchu e cenoura) Arroz simples	Macarrão "pai nosso" com ovos cozidos, cenoura, tomate e azeitona	Canjiquinha com carne bovina, cenoura, tomate e repolho.	Estrogonofe à Vidigal (filé de frango, cenoura, tomate, leite, milho e aveia) Arroz simples	Feijão enriquecido com beterraba, moranga e carne bovina Arroz simples

OBS: Adequação do cardápio para crianças de 1 a 2 anos: As preparações com o leite e os sucos não deverão ser adoçadas.  
Acrescentar CHEIRO VERDE todos os dias nas preparações do almoço e prato único.  
Cardápio sujeito a alterações.



Giovana Ridoffi Aburachid  
Nutricionista CRN9- 11566  
BM 101.343-0