



|                 | Segunda-feira                                                                              | Terça-feira                                                                           | Quarta-feira                                                                            | Quinta-feira                                                                      | Sexta-feira                                                                                 |
|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| DESJEJUM        |                                                                                            |                                                                                       |                                                                                         | 01/out                                                                            | 02/out                                                                                      |
| ALMOÇO          |                                                                                            |                                                                                       |                                                                                         | Pão francês + Requeijão + Chá preto                                               | Biscoito rosquinha de leite + Leite + Cacau 50% + Banana                                    |
| LANCHE DA TARDE |                                                                                            |                                                                                       |                                                                                         | Arroz + Feijão + Sobrecoxa assada + Farofa de couve + Salada de pepino            | Arroz + Feijão + Pernil em iscas cozido + Salada de acelga e tomate                         |
|                 |                                                                                            |                                                                                       |                                                                                         | Pão de queijo assado + Leite + Achocolatado + Manga                               | Torta de carne com legumes (cenoura, milho e vagem) + Suco concentrado de abacaxi           |
|                 | 05/out                                                                                     | 06/out                                                                                | 07/out                                                                                  | 08/out                                                                            | 09/out                                                                                      |
| DESJEJUM        | FORMAÇÃO                                                                                   | Pão de leite + Requeijão + Chá mate                                                   | Biscoito rosquinha de chocolate + Leite + Banana                                        | Bolacha salgada integral + Requeijão + Leite + Cacau 50%                          | Bolacha maisena + Maçã + Iogurte                                                            |
| ALMOÇO          |                                                                                            | Arroz + Feijão + Ovos mexidos ou omelete com tomate + Salada de acelga e cenoura      | Arroz + Feijão + Carne em cubos com batata + Salada de alface e rúcula + Laranja        | Arroz + Feijão + Frango com cenoura + Salada de pepino e tomate cereja            | Sanduíche (pão + hambúrguer + alface + tomate + maionese) + Suco concentrado de uva         |
| LANCHE DA TARDE |                                                                                            | Buraco quente + Suco concentrado de goiaba                                            | Pão francês + frango desfiado com cenoura ralada e alface + Suco concentrado de abacaxi | Pão francês com queijo muçarela + Chá preto + Melancia                            | Pipoca + Bolo de chocolate confeitado + Suco concentrado de maracujá                        |
|                 | 12/out                                                                                     | 13/out                                                                                | 14/out                                                                                  | 15/out                                                                            | 16/out                                                                                      |
| DESJEJUM        | FERIADO                                                                                    | Biscoito rosquinha de leite + Leite + Achocolatado                                    | Pão francês + Requeijão + Leite + Manga                                                 | Bolacha maisena + Leite + Cacau 50% + Banana                                      | Pão de leite + Requeijão + Leite                                                            |
| ALMOÇO          |                                                                                            | Arroz + Feijão + Almôndegas assadas + Salada de repolho e cenoura                     | Arroz + Feijão + Frango moído ao sugo + Polenta + Salada de alface e agrião             | Arroz + Feijão + Picadinho de carne (cenoura, batata e chuchu) + Salada de acelga | Arroz + Feijão + Sobrecoxa com batatas-doces assadas + Salada de pepino e tomate + Mexerica |
| LANCHE DA TARDE |                                                                                            | Pão de queijo assado + Suco concentrado de abacaxi + Maçã                             | Torta de banana* + Chá mate                                                             | Pão francês com patê de frango + Suco concentrado de goiaba                       | Buraco quente + Suco concentrado de abacaxi                                                 |
|                 | 19/out                                                                                     | 20/out                                                                                | 21/out                                                                                  | 22/out                                                                            | 23/out                                                                                      |
| DESJEJUM        | Biscoito rosquinha de chocolate + Leite                                                    | Pão francês + Requeijão + Leite + Achocolatado                                        | Pão de leite + Doce de banana sem açúcar + Chá preto + Mamão                            | Bolacha maisena + Iogurte + Banana                                                | Bolacha salgada integral + Requeijão + Leite + Cacau 50%                                    |
| ALMOÇO          | Arroz + Feijão + Ovos mexidos ou omelete com abobrinha + Salada de pepino e beterraba      | Arroz + Feijão + Carne moída com berinjela + Salada de acelga e tomate + Laranja      | Arroz + Feijão + Frango com pupunha + Salada de alface e cenoura                        | Arroz + Feijão + Carne em cubos cozida + Farofa de cenoura + Salada de escarola   | Arroz + Feijão + Filé de tilápia com batatas assadas + Salada de acelga e tomate            |
| LANCHE DA TARDE | Bolo de fubá* + Chá mate + Melão                                                           | Torta de frango com legumes (abobrinha, cenoura e milho) + Suco concentrado de goiaba | Pão francês com queijo muçarela + Leite + Achocolatado                                  | Buraco quente de frango + Suco concentrado de abacaxi                             | Pão de queijo assado + Chá mate + Maçã                                                      |
|                 | 26/out                                                                                     | 27/out                                                                                | 28/out                                                                                  | 29/out                                                                            | 30/out                                                                                      |
| DESJEJUM        | Biscoito rosquinha de leite + Leite + Achocolatado                                         | Pão de leite + Requeijão + Leite + Uva                                                | FERIADO                                                                                 | Bolacha salgada + Requeijão + Leite + Cacau 50%                                   | Bolacha maisena + Maçã + Leite                                                              |
| ALMOÇO          | Arroz + Feijão + Carne moída com cenoura + Salada de pepino + Suco concentrado de maracujá | Arroz + Feijão + Frango com vagem + Salada de alface e tomate                         |                                                                                         | Arroz + Feijão + Carne em cubos com mandioca + Salada de acelga e cenoura         | Arroz + Feijão + Sobrecoxa assada + Purê de batata + Salada de repolho roxo e tomate        |
| LANCHE DA TARDE | Bolo de laranja* + Chá preto + Melão                                                       | Torta de carne com legumes (pupunha, cenoura e milho) + Suco concentrado de goiaba    |                                                                                         | Pão francês + Pernil suíno desfiado + Suco concentrado de abacaxi + Banana        | Buraco quente + Suco concentrado de goiaba                                                  |

Elissa Caroline Mendes Nascimento  
Nutricionista  
CRN-3: 34839

Fabiani Alves Pereira  
Nutricionista  
CRN-3: 33495

O Cardápio pode ser sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade dos produtos. Favor registrar no mapa de controle das refeições.

Hélia Saguchi  
Nutricionista  
CRN-3: 9769

Lidiane Yurie Pereira  
Nutricionista  
CRN-3: 35551

\*Preparações caseiras/artesanais