Cardápio do mês de Outubro/2024 dos alunos acima de 1 ano

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1ª semana | Segunda – 30 | Terça – 01 | Quarta – 02  | Quinta – 03  | Sexta - 04 |
| Lanche | FrutaIogurte | Chá/suco de fruta. Bolo: de chocolate   | Chá/Suco frutas. Enrolado frango  | Chá/ Suco frutas Torta misto quente | Chá/ Suco frutas Rosca com coco  |
| Almoço | Arroz. Feijão. Frango ao creme com batatinha e cenoura. beterraba cozida. salada de alface | Arroz. Feijão. Carne moída. Molho de tomate. Panqueca simples, chuchu e cabotiã, cozidas. salada repolho.  | Arroz.  Feijão. íscas de frango refogadas/assadas.  Purê de batatas, cenoura e beterraba cozidos. Salada alface    | Carne bovina com mandioca. Arroz. Feijão. abobrinha e cabotiá, cozidos. salada de repolho  | Espaguete. carne de frango ao molho tomate. Arroz. Feijão, cenoura, brócolis cozidos, tomate, alface,  |
| 2ª semana | Segunda - 07 | Terça – 08 | Quarta – 09 | Quinta – 10  | Sexta – 11   |
| Lanche  | FrutaIogurte | Chá/suco de frutas. Pão com manteiga | Chá/ Suco frutas. Hambúrguer assado  | Chá/ Suco frutas Dia da criança. diversos | FERIADO |
| Almoço  | Arroz carreteiro. Feijão. Farofa com ovos. Couve refogada. Beterraba e cabotiã cozida. salada de tomate.  | Arroz. Frango. Íscas de frango ao molho. Polenta.  salada de tomate, cenoura, abobrinha, ralada refogada.  | Arroz.   Feijão. Carne moída.refogada. creme de milho, batata doce, couve flor cozidas. Salada de repolho  | Arroz. Feijão, escondidinho de frango com batata inglesa, chuchu e beterraba cozidas. Salada de repolho e cenoura.  | DIVISÃODO ESTADODE MATO GROSSO  |
| 3ª semana | Segunda – 14 | Terça – 15 | Quarta – 16 | Quinta – 17  | Sexta – 18 |
| lanche | FrutaIogurte | Chá/suco Frutas. Bolo de laranja  | Chá/suco Fruta. Pizza mussarela  | Chá/suco fruta Bisnaga com manteiga  | Chá/suco de frutas Nozinho assado e pipoca. |
| Almoço  | Risoto de frango. Farofa de linguiça de frango. cabotiá, abobrinha cozidas. salada de repolho, tomate cereja.  | Arroz.  Feijão. carne moída refogada. panqueca de cenoura. Molho de tomate, cenoura, beterraba cozida. | Arroz. Feijão fricassê de frango, Purê de batatas. Brócolis, cabotiá, cozidos e salada de repolho. | Arroz. feijão, carne bovina de panela com batata. cenoura e batata doce cozidas, salada de repolho e tomate | Ninho ao alho e óleo, linguiça frango e batata doce assada. Feijão.    couve flor e cenoura cozidos. alface    |
| 4ª semana | Segunda – 21 |  Terça - 22 | Quarta - 23  | Quinta - 24 | Sexta- 25 |
| Lanches | FrutaIogurte | Chá/suco de fruta Bolo banana e cacau | Chá/Suco Fruta. pão de queijo  |  Chá/suco de fruta Torta de frango | Chá/suco fruta Rosquinha assada  |
| Almoço | Arroz. Feijão, estrogonofe de carne bovina.  salada de chuchu, cenoura, batata, cozidas. salada de alface | Arroz, feijão, Carne de frango ao molho com batata. Chuchu, beterraba cozidos.     salada: repolho roxo e verde | Arroz, feijão, escondidinho de carne moída com mandioca.  cabotiã, brócoliscozidos. salada repolho. | Arroz, feijão, íscas de frango refogadas. purê de cabotiá. couve flor cozida. salada de alface e tomate | Lasanha com carne moída. molho branco e vermelho. cenoura, abobrinha e beterraba cozidas. |
| 5ª semana | Segunda – 28 | Terça – 29 | Quarta – 30  | Quinta – 31  | NutricionistaClaudete BrunettoCRN 18443 -3 |
| Lanche | FrutaIogurte | Chá/suco de fruta. Bolo: maçã | Chá/Suco frutas. chipa assada | Chá/ Suco frutas Esfiha |
|  | Arroz. Estrogonofe de frango. Feijão, batata palha. batata doce, chuchu cozidos. salada alface | Arroz. Kafta assada. Feijão. couve refogada. cenoura, abobrinha cozida. salada de repolho  | Arroz. Feijão. Frango ao creme com milho verde, cenoura. beterraba cozida. salada de alface | Arroz. feijão, carne moída refogada. purê de cabotiá, batata doce e beterraba cozidas. salada de alface.  |

Dia 10 será comemorado o dia da criança e como lanche teremos:

Bolo de chocolate com cobertura

Geladinho

Pipoca

Suco de Frutas