 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 | Fruta  Iogurte | 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 | Fruta  Iogurte | 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. | DIVISÃO  DO ESTADO  DE MATO GROSSO |
| 3ª semana | Segunda – 14 | Terça – 15 | Quarta – 16 | Quinta – 17 | Sexta – 18 |
| lanche | Fruta  Iogurte | 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 | Fruta  Iogurte | 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, brócolis  cozidos. 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 | Nutricionista  Claudete Brunetto  CRN 18443 -3 |
| Lanche | Fruta  Iogurte | 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