



## CARDÁPIO DE OUTUBRO - ALMOÇO

	Terça 01	Quarta 02	Quinta 03	Sexta 04
	Arroz e Feijão Picadinho de Frango Creme de milho Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Carne assada c/ Molho Abobrinha refogada Salada Iogurte caseiro e Suco	Arroz Stroganoff de Frango Batata Rústica Salada Fruta e Suco	Parafuso ao sugo Iscas de Carne Beterraba cozida Salada Fruta e Suco
Segunda 07	Terça 08	Quarta 09	Quinta 10	Sexta 11
Arroz e Feijão Carne moída c/ Milho Brócolis no vapor Salada Gelatina e Suco	Arroz e Feijão Preto Linguíça assada Acelga refogada c/ Cenoura Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe assado Purê de Batata doce Salada Fruta e Suco	Arroz Canelone de Queijo e Peito de peru ao sugo Ervilhas no vapor Salada Fruta e Suco	<p><i>Almoço do Dia das Crianças</i></p>  Arroz e Feijão Nuggets de Frango Batata Smile assada  Salada Colorida e Suco Eclair de Chocolate
Segunda 14	Terça 15	Quarta 16	Quinta 17	Sexta 18
Antecipação do dia dos Professores Não teremos aula	Arroz e Feijão Hambúrguer de Carne à Pizzaiolo Purê de Mandioquinha Salada Fruta e Suco	Espaguete ao sugo Filé de Frango Cenoura ondulada Salada Flan de Uva e Suco	Arroz e Feijão Preto Picadinho de Carne Virado de Couve Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Fricassê de Frango (c/ creme de milho) Salada Fruta e Suco
Segunda 21	Terça 22	Quarta 23	Quinta 24	Sexta 25
Arroz e Feijão Kibe assado Purê de Abóbora Salada Gelatina e Suco	Arroz e Feijão Preto Filé Mignon Suíno Chuchu no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz Stroganoff de Carne Batata Palha Salada Delícia de Coco e Suco	Caracolino ao sugo Iscas Crocantes de Frango Repolho refogado Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe assado Berinjela à Pizzaiolo Salada Fruta e Suco
Segunda 28	Terça 29	Quarta 30	Quinta 31	<p><b>Cila Omine</b> <b>Nutricionista</b> <b>CRN3 5440</b></p>
Arroz e Feijão Frango assado Pãozinho de Espinafre Salada Gelatina e Suco	Arroz e Feijão Carne à Chinesa (c/ Brócolis e Cenoura) Salada Fruta e Suco	Parafuso ao sugo Filé de Frango Vagem c/ Milho no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Almôndegas de Carne ao sugo Purê de Batata  Salada Bat Pudding e Suco	

