



MÊS:	OUTUBRO	2021	Nutricionista responsável: Gabriele Klitzke Valtrich - CRN 10/SC 2944		
DATA	04/out	05/out	06/out	07/out	08/out
SEMANA 01	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Torrada com manteiga	Rosquinha de Polvilho Bolo mesclado integral	Misto frio (pão Pullman integral)	Coockies de cacau	Pão Pullman integral com requeijão caseiro
	Suco de frutas	Chá	Suco de frutas	Bebida Láctea	Chá
	ALMOÇO	Omelete colorida	Frango Assado	Estrogonoffe de carne	Filé de frango grelhado
Arroz		Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
Feijão		Feijão / Farofa	Feijão	Feijão	Feijão
Macarrão integral ao sugo		Creme de milho	Batata palha	Batata sauté	Macarrão
Saladas (5 tipos)		Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)
HORA DA FRUTINHA	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação
LANCHE DA TARDE	Sopa de frango, arroz e legumes e Torrada	Sanduíche Pizza	Pão de Queijo	Pão francês integral com ovo	Pizza de queijo
	Chá	Suco de frutas	Bebida Láctea	Chá	Suco de Frutas

MÊS:	OUTUBRO	2021	Nutricionista responsável: Gabriele Klitzke Valtrich - CRN 10/SC 2944				
DATA	11/out	12/out	13/out	14/out	15/out		
SEMANA 02	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA		
CAFÉ DA MANHÃ	NÃO HAVERÁ AULA	FERIADO	Fruta	Fruta	Fruta		
			Cereal	Bolacha Salgada	Pão caseiro de cenoura com manteiga		
				Bolo de chocolate integral			
Leite			Achocolatado	Suco de frutas			
ALMOÇO					Almôndega de carne ao molho sugo	Carne de panela com legumes	Frango ensopado
					Arroz	Arroz	Arroz
					Feijão	Feijão / Farofa	Feijão
					Macarrão integral ao sugo	Polenta	Aipim
					Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)
HORA DA FRUTINHA					Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação
LANCHE DA TARDE	Rosquinha de Polvilho	Pão caseiro de cenoura com mortadela de frango			Pão Francês integral com mortadela de frango e salada		
	Bolo de chocolate integral						
			Chá	Suco de frutas	Suco de frutas		

**\*Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade operacional\***

MÊS:	OUTUBRO	2021	Nutricionista responsável: Gabriele Klitzke Valtrich - CRN 10/SC 2944		
DATA	18/out	19/out	20/out	21/out	22/out
SEMANA 03	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Torrada com manteiga	Sanduíche Pizza (Pão de sanduíche integral)	Pão integral caseiro com manteiga e geleia	Rosquinha de Polvilho Bolo de cenoura integral	Pão de queijo
	Chá	Suco de frutas	Chá	Suco de frutas	Chá
	Íscas de carne ao molho madeira	Estrogonoffe de frango	Carne moída ensopada com batatas	Frango assado	Ovo mexido
ALMOÇO	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão / Farofa	Feijão
	Macarrão ao alho e óleo	Batata Palha	Polenta	Macarrão integral ao molho sugo	Escondidinho de carne
	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)
HORA DA FRUTINHA	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação
LANCHE DA TARDE	Misto frio (Pão Pullman integral)	Pão caseiro integral com manteiga	Sopa de frango, macarrão e legumes / Torrada	Pão Francês integral com mortadela de frango	Cereal
	Suco de frutas	Chá	Suco de frutas	Chá	Leite

**\*Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade operacional\***

MÊS:	OUTUBRO	2021	Nutricionista responsável: Gabriele Klitzke Valtrich - CRN 10/SC 2944		
DATA	25/out	26/out	27/out	28/out	29/out
SEMANA 04	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Cereal	Bolacha Salgada	Sanduíche de Forno com Queijo (integral)	Pão Francês integral com mortadela de frango	Bisnaguinha (caseira) de cenoura com manteiga
		Bolo de laranja com aveia			
	Leite	Chá	Suco de Frutas	Suco de frutas	Suco de frutas
ALMOÇO	Almôndega de carne Assada	Carne de panela com legumes	Frango ensopado	Peixe ensopado	Bolo de carne moída
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz integral
	Feijão	Feijão / Farofa	Feijão	Feijão	Feijão
	Macarrão integral ao sugo	Batata doce	Polenta	Purê de batata	Macarrão ao alho e óleo
	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)
	HORA DA FRUTINHA	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação
LANCHE DA TARDE	Rosquinha de Polvilho	Pão integral hambúrguer e salada	Macarrão com carne moída	Sanduíche Pizza	Sanduíche natural de frios
	Bolo de laranja com aveia				
	Achocolatado	Chá da Horta da Tia Lena	Suco de frutas	Chá	Suco de frutas

**\*Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade operacional\***