



**CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR B
OUTUBRO
2022**

Maria Rosi Marques Galvão
MARIA ROSI MARQUES GALVÃO
MATRÍCULA: 13.4643
NUTRICIONISTA/SME
CRN - n.º 3066-8ª R

Caroline Sette Barbosa Damasceno
Caroline Sette Barbosa Damasceno
Departamento de Logística
Matrícula 184455
Gerência de Alimentação Escolar

	SEGUNDA 03/10	TERÇA 04/10	QUARTA 05/10	QUINTA 06/10	SEXTA 07/10
Desjejum	Leite	Chá de camomila sem açúcar	Leite	Chá de erva doce sem açúcar	Leite
	Pão de forma com manteiga AF	Pão integral com queijo	Pão de leite com manteiga AF	Pão de forma com queijo	Pão integral com manteiga AF
Almoço	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto
	Carne moída com tomate e cheiro verde	Frango à camponesa	Carne moída refogada	Stroganoff de carne	Barreado
	Polenta	Quibebe	Jardineira de legumes	Batata doce refogada	Farofa de banana
	Salada de pepino	Salada de tomate	Salada de brócolis AF	Salada de alface AF	Salada de cenoura AF
	Laranja	Melão	Maçã	Banana AF	Mamão
Lanche	Chá de camomila sem açúcar/ Sanduíche Napolitano	Banana com aveia	Vitamina de banana/Flocos de milho sem açúcar	Suco de maçã AF/ Sanduíche Natural	Leite/Flocos de milho sem açúcar
Jantar	Sopa de feijão com macarrão	Risoto de frango	Sopa de feijão com legumes	Polenta à bolonhesa	Sopa cabocla
	SEGUNDA 10/10	TERÇA 11/10	FERIADO	QUINTA 13/10	SEXTA 14/10
Desjejum	Chá de camomila sem açúcar	Leite		Chá de erva doce sem açúcar	Leite
	Pão de leite com manteiga AF	Pão de forma com queijo		Pão integral com manteiga AF	Pão de leite com queijo
Almoço	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca		Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto
	Iscas de carne com açafrão	Frango napolitano		Carne moída com tomate e cheiro verde	Frango ensopado
	Quirera	Couve-flor refogada		Farofa de couve	Beterraba cozida
	Salada de tomate	Salada de acelga		Salada de pepino	Salada de alface com tomate
	Manga	Laranja		Laranja	Banana
Lanche	Leite/ Flocos de milho sem açúcar	Mamão com aveia		Suco de uva AF/ Sanduíche Napolitano	Chá de erva doce sem açúcar/ Sanduíche Natural
Jantar	Sopa de carne com macarrão	Canja		Polenta à bolonhesa	Sopa creme caipira



**CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR B
OUTUBRO
2022**

Maria Rosi Marques Galvão
MARIA ROSI MARQUES GALVÃO
MATRICULA: 13.4643
NUTRICIONISTA/SME
CRN - n.º 3066-8ª R

Caroline Sette Barbosa Damasceno
Caroline Sette Barbosa Damasceno
Departamento de Logística
Matrícula 184455
Gerência de Alimentação Escolar

	SEGUNDA 17/10	TERÇA 18/10	QUARTA 19/10	QUINTA 20/10	SEXTA 21/10
Desjejum	Leite	Chá de camomila sem açúcar	Leite	Chá de erva doce sem açúcar	Leite
	Pão de forma com manteiga AF	Pão de leite com queijo	Pão integral com manteiga AF	Pão de leite com queijo	Pão de forma com manteiga AF
Almoço	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto
	Carne moída com tomate e cheiro verde	Picadinho de carne	Iscas de frango grelhadas	Iscas de carne	Stroganoff de frango
	Creme de Milho	Batata Salsa refogada	Jardineira de legumes	Macarrão à primavera	Abobrinha refogada
	Salada de tomate	Salada de alface	Salada de brócolis AF	Salada de repolho verde AF com repolho roxo	Salada de beterraba AF
	Melão	Maçã	Mamão	Laranja AF	Mamão
Lanche	Mamão com aveia	Chá de camomila sem açúcar/ Sanduíche Napolitano	Banana com aveia	logurte de morango / Flocos de milho sem açúcar	Suco de laranja AF/ Sanduíche Natural
Jantar	Risoto de frango	Sopa de feijão com legumes	Polenta com molho de frango	Quirera com molho de frango	Sopa Camponesa
	SEGUNDA 24/10	TERÇA 25/10	QUARTA 26/10	QUINTA 27/10	SEXTA 28/10
Desjejum	Leite	Chá de camomila sem açúcar	Leite	Chá de erva doce sem açúcar	Leite
	Pão integral com manteiga AF	Pão de forma com queijo	Pão de leite com manteiga AF	Pão integral com queijo	Pão de forma com manteiga AF
Almoço	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto
	Carne moída Refogada	Frango à jardineira	Bife de panela	Frango Ensopado	Iscas de Carne com Açafrão
	Cenoura refogada	Brócolis refogado	Purê de Batata	Batata doce refogada	Couve-flor refogada
	Salada de acelga	Salada de cenoura	Salada de alface com tomate	Salada de beterraba	Salada de brócolis
	Banana	Maçã	Manga	Mamão	Laranja AF
Lanche	Chá de erva doce sem açúcar/ Sanduíche Natural	Banana com aveia	Chá de erva doce sem açúcar/ Sanduíche Natural	Suco de uva AF/ Sanduíche Napolitano	Vitamina de banana/ Flocos de milho sem açúcar
Jantar	Canja	Risoto de frango	Sopa de feijão com macarrão	Polenta à bolonhesa	Sopa de carne com macarrão



CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR B
OUTUBRO
2022


MARIA ROSI MARQUES GALVÃO
MATRÍCULA: 13.4643
NUTRICIONISTA/SME
CRN - n.º 3006-8ª R


Caroline Sette Barbosa Damasceno
Departamento de Logística
Matrícula 18455
Gerência de Alimentação Escolar

SEGUNDA 31/10	
Desjejum	Leite
	Pão de leite com manteiga AF
Almoço	Arroz e feijão preto
	Picadinho de Carne
	Quirera
	Salada de tomate
	Maçã
Lanche	Leite/ Flocos de milho sem açúcar
Jantar	Sopa de aipim AF com carne