



**CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR A
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	Barreado	Carne moída refogada	Strogonoff de carne
	Polenta	Jardineira de legumes	Farofa de banana	Quibebe	Batata doce refogada
	Salada de pepino	Salada de acelga	Salada de brócolis AF	Salada de alface AF	Salada de cenoura AF
	Maçã	Laranja	Mamão	Banana AF	Melão
Lanche	Banana com aveia	Vitamina de banana/Flocos de milho sem açúcar	Chá de camomila sem açúcar/ Sanduíche Napolitano	Leite/Flocos de milho sem açúcar	Suco de maçã AF/ Sanduíche Natural
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
	Carne moída com tomate e cheiro verde	Frango ensopado		Frango napolitano	Iscas de carne com açafrão
	Quirera	Farofa de couve		Beterraba cozida	Abobrinha refogada
	Salada de tomate	Salada de cenoura		Salada de alface com tomate	Salada de pepino
	Laranja	Maçã		Banana	Manga
Lanche	Leite/ Flocos de milho sem açúcar	Chá de erva doce sem açúcar/ Sanduíche Natural		Suco de uva AF/ Sanduíche Napolitano	Mamão com aveia
Jantar	Sopa de carne com macarrão	Canja		Polenta à bolonhesa	Sopa creme caipira



**CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR A
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 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	Iscas de carne	Picadinho de carne	Strogonoff de frango	Iscas de frango grelhadas
	Macarrão à primavera	Jardineira de legumes	Batata Salsa refogada	Batata doce refogada	Couve flor refogada
	Salada de tomate	Salada de alface	Salada de brócolis AF	Salada de repolho verde AF com repolho roxo	Salada de beterraba AF
	Maçã	Mamão	Banana	Laranja AF	Melão
Lanche	logurte de morango / Flocos de milho sem açúcar	Banana com aveia	Chá de camomila sem açúcar/ Sanduíche Napolitano	Mamão com aveia	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
	Frango à jardineira	Carne moída Refogada	Iscas de Carne com Açafrão	Bife de panela	Frango Ensopado
	Cenoura refogada	Batata doce refogada	Couve-flor refogada	Purê de Batata	Brócolis refogado
	Salada de pepino	Salada de alface com tomate	Salada de cenoura	Salada de brócolis	Salada de acelga
	Mamão	Banana	Maçã	Manga	Laranja AF
Lanche	Banana com aveia	Chá de erva doce sem açúcar/ Sanduíche Natural	Mamão com aveia	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 A
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
	Frango à camponesa
	Farofa de couve
	Salada de tomate
	Maçã
Lanche	Mamão com aveia
Jantar	Sopa de aipim AF com carne