**CARDÁPIO ESCOLA MUNICIPAL PE. LUCIANO AMBROZINI-ENS. FUNDAMENTAL**

**OUTUBRO DE 2023**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **HORÁRIO** | **SEGUNDA-FEIRA****02/10** | **TERÇA-FEIRA****03/10** | **QUARTA-FEIRA****04/10** | **QUINTA-FEIRA****05/10** | **SEXTA-FEIRA****06/10** |
| **LANCHE DA MANHÃ****09H30** | Arroz Branco; Feijão Carioca; Ovos Mexidos;Salada; | Macarronada ao sugo;Sobrecoxa ao molho;Purê de batata;Salada;Fruta;  | Polenta com carne moída;Arroz branco;Salada;Fruta;  | Galinhada com legumes (utilizar peito de frango);Salada; | Pão Francês com ovos mexidos;Suco natural;Fruta;  |
| **LANCHE DA TARDE****14H30** | Arroz Branco; Feijão Carioca; Ovos Mexidos;Salada; | Macarronada ao sugo;Sobrecoxa ao molho;Purê de batata;Salada;Fruta;  | Polenta com carne moída;Arroz branco;Salada;Fruta; | Galinhada com legumes (utilizar peito de frango);Salada; | Pão Francês com ovos mexidos;Suco natural;Fruta |
| **Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.****OBS: Utilizar leite sem lactose nas preparações dos alunos intolerantes;** |

Erica Cristina V Mendes

Nutricionista

CRN-8 10957

**CARDÁPIO ESCOLA MUNICIPAL PE. LUCIANO AMBROZINI-ENSINO FUNDAMENTAL**

**OUTUBRO DE 2023**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **HORÁRIO** | **SEGUNDA-FEIRA****09/10** | **TERÇA-FEIRA****10/10** | **QUARTA-FEIRA****11/10** | **QUINTA-FEIRA****12/10** | **SEXTA-FEIRA****13/10** |
| **LANCHE DA MANHÃ****09H30** | Pão francês com carne moída;Pipoca;Suco natural; | Lanche natural (mini pão de hamburguer, patê de frango, tomate, alface);Suco natural.Fruta; | Cachorro quente;Suco natural;Bolo recheado; |  | **RECESSO ESCOLAR** |
| **LANCHE DA TARDE****14H30** | Pão francês com carne moída;Pipoca;Suco natural; | Lanche natural (mini pão de hamburguer, patê de frango, tomate, alface);Suco natural.Fruta; | Cachorro quente;Suco natural;Bolo recheado; |  | **RECESSO ESCOLAR**  |
| **Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.** **OBS: Utilizar leite sem lactose nas preparações dos alunos intolerantes;** |

Erica Cristina V Mendes

Nutricionista

CRN-8 10957

**CARDÁPIO ESCOLA MUNICIPAL PE. LUCIANO AMBROZINI-ENS. FUNDAMENTAL**

**OUTUBRO DE 2023**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **HORÁRIO** | **SEGUNDA-FEIRA****16/10** | **TERÇA-FEIRA****17/10** | **QUARTA-FEIRA****18/10** | **QUINTA-FEIRA****19/10** | **SEXTA-FEIRA****20/10** |
| **LANCHE DA MANHÃ****09H30** | Polenta cremosa;Peito de frango ao molho;Arroz branco;Salada; | Macarronada com carne moída;Fruta; | Arroz branco;Feijão preto com carne de porco;Farofa de legumes;Salada de couve; | Galinhada com legumes (utilizar peito de frango);Salada; | Arroz Branco; Feijão Carioca; Ovos Mexidos;Salada; |
| **LANCHE DA TARDE****14H30** | Polenta cremosa;Peito de frango ao molho;Arroz branco;Salada; | Macarronada com carne moída;Fruta; | Arroz branco;Feijão preto com carne de porco;Farofa de legumes;Salada de couve; | Galinhada com legumes (utilizar peito de frango);Salada; | Arroz Branco; Feijão Carioca; Ovos Mexidos;Salada; |
| **Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.** **OBS: Utilizar leite sem lactose nas preparações dos alunos intolerantes;** |

Erica Cristina V Mendes

Nutricionista

CRN-8 10957

**CARDÁPIO ESCOLA MUNICIPAL PE. LUCIANO AMBROZINI-ENS. FUNDAMENTAL**

**OUTUBRO DE 2023**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **HORÁRIO** | **SEGUNDA-FEIRA****23/10** | **TERÇA-FEIRA****24/10** | **QUARTA-FEIRA****25/10** | **QUINTA-FEIRA****26/10** | **SEXTA-FEIRA****27/10** |
| **LANCHE DA MANHÃ****09H30** | Arroz branco;Feijão carioca;Carne moída ao molho;Polenta cremosa;Legumes/salada; | Arroz branco;Feijão preto com carne de porco;Farofa de legumes;Salada de couve;Fruta; | Arroz branco;Feijão carioca;Sobrecoxa ao molho;Macarrão ao sugo;Salada de alface; | Arroz branco;Feijão carioca;Carne de panela com cenoura;Purê de batata;Salada;Fruta;  | Macarronada com carne moída;Salada de repolho com tomate;Fruta; |
| **LANCHE DA TARDE****14H30** | Arroz branco;Feijão carioca;Carne moída ao molho;Polenta cremosa;Legumes/salada; | Arroz branco;Feijão preto com carne de porco;Farofa de legumes;Salada de couve;Fruta; | Arroz branco;Feijão carioca;Sobrecoxa ao molho;Macarrão ao sugo;Salada de alface; | Arroz branco;Feijão carioca;Carne de panela com cenoura;Purê de batata;Salada;Fruta;  | Macarronada com carne moída;Salada de repolho com tomate;Fruta; |
| **Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.** **OBS: Utilizar leite sem lactose nas preparações dos alunos intolerantes;** |

Erica Cristina V Mendes

Nutricionista

CRN-8 10957

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **HORÁRIO** | **SEGUNDA-FEIRA****30/10** | **TERÇA-FEIRA****31/10** |  |  |  |
| **LANCHE DA MANHÃ****09H30** | Arroz temperado (peito de frango em cubos, cenoura, vagem, cheiro verde);Salada; | Arroz Branco; Feijão Carioca; Omelete de forno com legumes;Salada; |  |  |  |
| **LANCHE DA TARDE****14H30** | Arroz temperado (peito de frango em cubos, cenoura, vagem, cheiro verde);Salada; | Arroz Branco; Feijão Carioca; Omelete de forno com legumes;Salada; |  |  |  |
| **Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.** **OBS: Utilizar leite sem lactose nas preparações dos alunos intolerantes;** |

**CARDÁPIO ESCOLA MUNICIPAL PE. LUCIANO AMBROZINI-ENS. FUNDAMENTAL**

**OUTUBRO DE 2023**

Erica Cristina V Mendes

Nutricionista

CRN-8 10957