**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