



CARDÁPIO PRÉ
OUTUBRO

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DATA			01/10	02/10	03/10
CARDÁPIO			* Arroz c/ feijão * Ovos * Polenta * Salada	* Mingau de aveia Fruta	ALOJAMENTO JARCAN'S
DATA	06/10	07/10	08/10	09/10	10/10
CARDÁPIO	* Quirera com carne suína * Salada	* Arroz c/ feijão * Filé de tilápia * Polenta * Salada	* Torta de frango * Chá * Fruta	* Macarrão * Molho de carne moída * Salada	LANCHE ESPECIAL DIA DA CRIANÇA (Conforme orientações repassadas pelo setor da merenda)
DATA	13/10	14/10	15/10	16/10	17/10
CARDÁPIO	* Macarrão * Molho de carne moída * Salada	* Arroz carreteiro * Salada	DIA DO PROFESSOR	* Quirera com carne suína * Salada	* Sagu com suco de uva * Fruta
DATA	20/10	21/10	22/10	23/10	24/10
CARDÁPIO	* Quirera com carne suína * Salada	* Risoto de frango * Salada	* Bolo de chocolate sem açúcar e sem lactose * Chá	* Sopa de legumes com carne	* Hambúrguer nutritivo (conforme receituário) * Suco de laranja
DATA	27/10	28/10	29/10	30/10	31/10
CARDÁPIO	* Quirera com carne suína * Salada	* Sopa de legumes com carne	* Biscoito de polvilho * Chá * Fruta	* Macarrão * Molho de carne moída * Salada	DIA DO MUNICÍPIO

Observações: * Bebidas não podem ser adoçadas respeitando a resolução do FNDE 06/2020. * Ofertar água ao decorrer do dia a todas as crianças. * Utilizar temperos naturais nas preparações, como: alho, cebola e temperos verdes; * As frutas, verduras e folhosos serão enviados de acordo com a sazonalidade, entrega do fornecedor e/ou disponibilidade da Agricultura Familiar, evitando desperdícios; * **A ORDEM DESSE CARDÁPIO PODERÁ SOFRER ALTERAÇÕES** conforme a necessidade de aproveitamento dos alimentos do estoque de cada CMEI, (disponibilidade, grau de maturação e data de vencimento), devendo ser informada a **NUTRICIONISTA COM ANTECEDÊNCIA** para que a mesma aprove ou não a alteração.

Nutricionista: Camila Costa Caçador – CRN/8: 16399