



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PREFEITURA RIO GRANDE DA SERRA

# Cardápio Outubro

Período 09/10 à 10/11

5 semanas



**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PREFEITURA RIO GRANDE DA SERRA**  
EMEB DEPUTADA IVETE VARGAS Fundamental - 1º ao 5º ano

# Cardápio Outubro

Período 09/10 à 10/11

MANHÃ 9H15 AS 9H35- 3º ANO A / 3º ANO B 9H35 AS 10H00 - 4º ANO / 5º ANO TARDE 15H15 AS 15H35 - 1º A 15:40 AS 16:00 - 2º A E B	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>PRIMEIRA SEMANA</b>	<b>*ESPECIAL SEMANA DA CRIANÇA 09/10</b>	<b>*ESPECIAL SEMANA DA CRIANÇA 10/10</b>	<b>*ESPECIAL SEMANA DA CRIANÇA 11/10</b>	<b>12/10</b>	<b>13/10</b>
REFEIÇÃO DA MANHÃ/TARDE	MACARRÃO PARAFUSO À BOLONHESA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: MAÇÃ	MELANCIA NO PALITO HAMBURGUINHO COM BATATA ASSADA E SUCO DE LARANJA	COPINHO DA FELICIDADE (FRUTAS PICADAS COM BRIGADEIRO BRANCO) MINI PIZZA E SUCO DE ACEROLA COM CENOURA E LARANJA	<b>FERIADO</b>	<b>PONTO FACULTATIVO</b>
<b>SEGUNDA SEMANA</b>	<b>16/10</b>	<b>17/10</b>	<b>18/10</b>	<b>19/10</b>	<b>20/10</b>
REFEIÇÃO DA MANHÃ/TARDE	MACARRÃO PARAFUSO À BOLONHESA DE PROTEÍNA DE SOJA, SALADA DE ACELGA COM BETERRABA RALADA SOBREMESA: MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE FRANGO COM BATATA ASSADA E SALADA DE ALFACE COM TOMATE SOBREMESA: MAMÃO	ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA) FAROFA DE CENOURA, SALADA DE COUVE E RODELAS DE LARANJA SOBREMESA: LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, OMELETE DE LEGUMES (ABOBRINHA E CENOURA) SOBREMESA: BROA DE MILHO	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: CREME DE ABACATE
<b>TERCEIRA SEMANA</b>	<b>23/10</b>	<b>24/10</b>	<b>25/10</b>	<b>26/10</b>	<b>ANIVERSARIANTES DO MÊS 27/10</b>
REFEIÇÃO DA MANHÃ/TARDE	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS COM MILHO E SALADA DE CENOURA RALADA SOBREMESA: MAÇÃ	GALINHADA (ARROZ TEMPERADO COM FRANGO E LEGUMES), FEIJÃO, SALADA DE ALFACE E BETERRABA COZIDA SOBREMESA: LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE FÍGADO ACEBOLADAS E SALADA DE ACELGA COM BETERRABA RALADA SOBREMESA: MELÃO	MACARRÃO PARAFUSO À BOLONHESA DE PROTEÍNA DE SOJA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: BANANA	<ul style="list-style-type: none"><li>• BOLO DE "CHURROS" - (MAÇÃ COM CANELA E DOCE DE LEITE)</li><li>• PÃO COM CARNE LOUCA (CARNE DESFIADA AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA)</li><li>• SUCO DE NATURAL DE MORANGO COM AMORA</li></ul>
<b>QUARTA SEMANA</b>	<b>30/10</b>	<b>31/10</b>	<b>01/11</b>	<b>02/11</b>	<b>03/11</b>
REFEIÇÃO DA MANHÃ/TARDE	ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE FRANGO, LEGUMES REFOGADOS (ABOBRINHA E CENOURA) SOBREMESA: LARANJA	ARROZ COM LENTILHA E FRANGO DESFIADO, FAROFINHA DE CUSCUZ, SALADA DE ACELGA COM BETERRABA RALADA SOBREMESA: MELÃO	PÃO CASEIRO COM QUEIJO E OVOS MEXIDOS, SALADA DE TOMATE, CENOURA E BETERRABA RALADAS SOBREMESA CREME DE ABACATE	<b>FERIADO</b>	<b>PONTO FACULTATIVO</b>
<b>QUINTA SEMANA</b>	<b>06/11</b>	<b>07/11</b>	<b>08/11</b>	<b>09/11</b>	<b>10/11</b>
REFEIÇÃO DA MANHÃ/TARDE	ARROZ, FEIJÃO, SUFLÊ DE LEGUMES (MILHO, ERVILHA, CENOURA, ABOBRINHA) SOBREMESA: MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, CARNE ASSADA COM BATATA E SALADA DE PEPINO COM TOMATE SOBREMESA: ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO REFOGADO COM BATATA, SALADA DE PEPINO COM TOMATE SOBREMESA: BOLO CASEIRO DE LARANJA COM MEXERICA	MACARRÃO PARAFUSO À BOLONHESA DE PROTEÍNA DE SOJA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: BANANA	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: CREME DE ABACATE

OBS: O CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL TÉCNICA TALITA KUMY GOES SILVA - CRN 30 466