



SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA 1
				PONTO FACULTATIVO DIA DE TODOS OS SANTOS
SEGUNDA 4	TERÇA 5	QUARTA 6	QUINTA 7	SEXTA 8
MACARRÃO PARISIENSE  PERNIL EM CUBOS, CENOURA EM CUBOS, ERVILHA E MOLHO BRANCO	POLENTA CREMOSA  CARNE DESFIADA AO MOLHO DE TOMATE COM CENOURA E VAGEM	ARROZ, FEIJÃO FRANGO EM CUBOS COM TOMATE E CENOURA PICADOS  MANDIOCA	ARROZ, FEIJÃO CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE COM BERINJELA  ABÓBORA REFOGADA	ARROZ, FEIJÃO QUIBE DE FORNO (COM CENOURA RALADA E HORTELÃ)  ABOBRINHA REFOGADA
MELÃO	MAMÃO	MAÇÃ	MELANCIA	ABACAXI
SEGUNDA 11	TERÇA 12	QUARTA 13	QUINTA 14	SEXTA 15
ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS AO MOLHO DE TOMATE COM CENOURA  ABÓBORA REFOGADA	ARROZ, FEIJÃO PRETO PERNIL EM CUBOS COM MOLHO DE TOMATE  REPOLHETE	ARROZ FRANGO EM ISCAS COM TOMATE E CENOURA PICADOS  SALADA DE ALFACE COM TOMATE	MACARRÃO AO SUGO CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE COM CENOURA  SELETA DE BATATA E CHUCHU	FERIADO NACIONAL PROCLAMAÇÃO DA REPÚBLICA
ABACAXI	BANANA	SALADA DE FRUTAS (MAMÃO, BAN., MELAN., ABAC.)	MELANCIA	
SEGUNDA 18	TERÇA 19	QUARTA 20	QUINTA 21	SEXTA 22
ARROZ, FEIJÃO PERNIL DESFIADO COM MOLHO DE TOMATE  PURÊ DE ABÓBORA	SOPA CANJA COM ARROZ, FRANGO DESFIADO, TOMATE, CENOURA E INHAME	FERIADO MUNICIPAL DIA DA CONSCIÊNCIA NEGRA	ARROZ, FEIJÃO CARNE MOÍDA COM TOMATE E CENOURA  MANDIOCA REFOGADA	ARROZ, FEIJÃO PERNIL DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE COM CENOURA  VIRADINHO DE COUVE
MELANCIA	LARANJA		MAÇÃ	BANANA
SEGUNDA 25	TERÇA 26	QUARTA 27	QUINTA 28	SEXTA 29
ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM BRÓCOLIS E TOMATE  BETERRABA COZIDA	ARROZ FRICASSE DE FRANGO COM TOMATE CENOURA E MILHO  BATATA ASSADA	ARROZ, FEIJÃO FÍGADO BOVINO EM CUBOS PEQUENOS  SELETA DE CENOURA E BATATA	ARROZ ESTROGONOFE DE PERNIL  SELETA DE CHUCHU, CENOURA E TOMATE	MACARRÃO AO SUGO CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE COM CENOURA  ABOBRINHA REFOGADA COM ALECRIM
MELÃO	MELANCIA	BANANA	MAMÃO	BOLO DE CENOURA COM CALDA

Cardápio sujeito a alterações | Elaborado de acordo com as recomendações da Resolução nº 06/2020 do FNDE e Guia Alimentar para a População Brasileira

Composição nutricional média diária	Energia (Kcal)	Carboidratos (g) 55%- 65% <sub>VET</sub>	Proteínas (g) 10%-15% <sub>VET</sub>	Gorduras (g) 15%-30% <sub>VET</sub>
		600	97,4	26,7
Qualidade do cardápio - Classificação IQCosan				84,5 (Adequado)

*Jaqueline Carboneri Brando*  
Jaqueline Carboneri Brando  
Nutricionista CRN3 60178

*Orlando Carola Neto*  
Orlando Carola Neto  
Nutricionista CRN3 29713

*Rebeca Vieira Silva*  
Rebeca Vieira Silva  
Nutricionista CRN3 60938