

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
CARDÁPIO MENSAL: OUTUBRO 2023

CRIANÇAS 1 A 3 ANOS => HORÁRIOS: DESJEJUM (8H), ALMOÇO (11H), LANCHE 1 (13H30) E LANCHE 2 (15H30)

REFEIÇÃO	02/out	03/out	04/out	05/out	06/out
DESJEJUM	BROA CASEIRA C/ QUEIJO CHA SEM AÇÚCAR	PÃO DE QUEIJO (RECEITA) LEITE C/ CACAU SEM AÇÚCAR	BISNAGUINHA C/ PATE DE FRANGO (RECEITA) SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	BROA CASEIRA C/ CARNE MOIDA SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO DE DE LEITE C/ OMELETE CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OVO MEXIDO SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO POSTA ASSADA AO MOLHO ABORRINHA REFOGADA SALADA DE REPOLHO ROXO	ARROZ FEIJÃO FRANGO REFOGADO ACELGA REFOGADA	QUIRERA CARNE MOIDA AO MOLHO BATATA SAUTÉ COUVE REFOGADA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO SALADA DE BETERRABA
	LANCHINHO BANANA	MAÇÃ	MELANCIA	MANJÁ	LARANJA
LANCHE	SOPA DE LEGUMES COM CARNE	SOPA DE LENTILHA	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE	RISOTO. CHUCHU REFOGADO	MINGAU DE AVEIA C/ BANANA
REFEIÇÃO	09/out	10/out	11/out	12/out	13/out
DESJEJUM	BISNAGUINHA C/ REQUEIJÃO CHÁ SEM AÇÚCAR	PÃO INTEGRAL C/ GELEIA S/ AÇÚCAR VITAMINA DE FRUTAS S/ AÇÚCAR	BROA CASEIRA C/ OVOS MEXIDOS CHA SEM AÇÚCAR		
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OMELETE C/ ESPINAFRE CENOURA REFOGADA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO FAROPA DE LEGUMES SALADA DE PEPINO	MACARRÃO FEIJÃO ISCAS AO MOLHO COUVE REFOGADA SALADA DE ALFACE	FERIADO	RECESSO
	LANCHINHO BANANA	MAÇÃ	MELÃO		
LANCHE	CANJA	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE	HAMBURGUER CASEIRO/ TOMATE E SUCO LARANJA		
REFEIÇÃO	16/out	17/out	18/out	19/out	20/out
DESJEJUM	PÃO CASEIRO C/ REQUEIJÃO CHA SEM AÇÚCAR	TORTA DE LEGUMES SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	BISNAGUINHA C/ DOCE DE MAÇÃ (RECEITA S/ AÇÚCAR) IOGURTE	PÃO INTEGRAL C/ OVOS MEXIDOS SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	BOLO DE CACAU E BANANA SEM AÇÚCAR CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OVO COZIDO REPOLHO E CENOURA REFOGADOS	ARROZ FEIJÃO ISCAS ACEBOLADAS SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO PEITO DE FRANGO REFOGADO ABORRINHA REFOGADA SALADA DE BROCOLIS	POLENATA CARNE COZIDA AO MOLHO CHUCHU REFOGADO SALADA DE BETERRABA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO POSTA ASSADA AO MOLHO SALADA DE COUVE FLOR
	LANCHINHO BANANA	MAMÃO	MELÃO	LARANJA	MELANCIA
LANCHE	SOPA DE LEGUMES	QUIRERA C/ CARNE AO MOLHO	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE	CANJA	PURE DE BATATA C/ CARNE E LEGUMES
REFEIÇÃO	23/out	24/out	25/out	26/out	27/out
DESJEJUM	MINGAU DE AVEIA S/ AÇÚCAR BANANA	PÃO DE QUEIJO (RECEITA) LEITE C/ CACAU SEM AÇÚCAR	BISNAGUINHA C/ PATE DE FRANGO (RECEITA) SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	BROA CASEIRA C/ CARNE MOIDA SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO DE DE LEITE C/ OMELETE CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OMELETE VAGEM REFOGADA	MACARRÃO FRANGO AO MOLHO ESPINAFRE REFOGADO SALADA DE ACELGA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO BIFE ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO FILE DE TILÁPIA ASSADO BATATA SAUTÉ SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO FRANGO COZIDO C/ CENOURA COUVE REFOGADA
	LANCHINHO CANJA	MELAO	MAÇÃ	MAMÃO	MANJÁ
LANCHE		SOPA DE CARNE COM LEGUMES	QUIRERA COM CARNE AO MOLHO	SOPA DE FEIJÃO	SOPA DE MANDIOCA C/ CARNE

OS VEGETAIS PODERÃO SER ALTERADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR

*Alline Souza de Godoi*

Nutricionista

Chefe Dep. De Merenda Escolar

Decreto 7938/2021

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
CARDÁPIO MENSAL: OUTUBRO 2023

ATENÇÃO PARA AS PREPARAÇÕES NÃO FICAREM SECAS, SEMPRE QUE NECESSÁRIO AGRESCENTAR MAIS CALDO DE FEIJÃO  
8 A 11 MESES => HORÁRIOS: DESJEJUM (8H), ALMOÇO (11H), LANCHE 1 (13H30) E LANCHE 2 (15H30)

REFEIÇÃO	02/out	03/out	04/out	05/out	06/out
DESJEJUM	BROA CASEIRA FORMULA 2	PÃO DE LEITE FORMULA 2	BROA CASEIRA FORMULA 2	PÃO CASEIRO FORMULA 2	BROA CASEIRA FORMULA 2
ALMOÇO	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO OVO COZIDO (SOMENTE GEMA) CENOURA REFOGADA	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO CARNE COZIDA DESFIADA	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO FRANGO REFOGADO DESFIADO ACELGA REFOGADA AMASSADA	QUIRERA FEIJÃO AMASSADINHO FRANGO REFOGADO AO MOLHO AMASSADA CREME DE COUVE C/ BATATA	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO FRANGO REFOGADO DESFIADO SALADA DE BETERRABA AMASSADA
LANCHINHO	BANANA PRATA AMASSADA FORMULA 2	MACÃ RASPADINHA FORMULA 2	PURÊ DE MELANCIA FORMULA 2	MANÇA AMASSADA FORMULA 2	SUCO DE LARANJA LIMA FORMULA 2
LANCHE	SOPA DE LEGUMES COM CARNE 09/out	SOPA DE LENTILHA 10/out	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE 11/out	CANJA 12/out	SOPA DE LEGUMES COM CARNE 13/out
DESJEJUM	PÃO CASEIRO FORMULA 2	PÃO DE LEITE FORMULA 2	PÃO CASEIRO FORMULA 2		
ALMOÇO	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO OMELETE (SOMENTE AS GEMAS) CENOURA COZIDA AMASSADA BANANA PRATA AMASSADA FORMULA 2	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO FRANGO ASSADO DESFIADO LEGUMES AMASSADOS MACÃ RASPADINHA FORMULA 2	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO ISCAS DESFIADAS CREME DE COUVE C/ BATATA PURÊ DE MELÃO C/ MACÃ FORMULA 2	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO ISCAS DESFIADAS FRANGO REFOGADO AO MOLHO FORMULA 2	FERIADO RECESSO
LANCHINHO	CANJA FORMULA 2	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE 17/out	SOPA DE QUIRERINHA / LEGUMES 18/out		
REFEIÇÃO	16/out	17/out	18/out	19/out	20/out
DESJEJUM	BROA CASEIRA FORMULA 2	PÃO DE LEITE FORMULA 2	PÃO CASEIRO FORMULA 2	BROA CASEIRA FORMULA 2	PÃO DE LEITE FORMULA 2
ALMOÇO	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO OVO COZIDO (SOMENTE GEMA) LEGUMES AMASSADOS	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO ISCAS DESFIADAS BATATA COZIDA AMASSADA	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO FRANGO REFOGADO DESFIADO ABORINHA COZIDA AMASSADA PURÊ DE MELÃO C/ MACÃ FORMULA 2	POLENTA FEIJÃO AMASSADINHO CARNE COZIDA DESFIADA MOLHO CHUCHU REFOGADO AMASSADO SUCO DE LARANJA LIMA FORMULA 2	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO POSTA ASSADA DESFIADA MOLHO COUVE FLOR COZIDA AMASSADA PURÊ DE MELANCIA FORMULA 2
LANCHINHO	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2
LANCHE	SOPA DE LEGUMES 23/out	QUIRERA C/ CARNE AO MOLHO 24/out	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE 25/out	CANJA 26/out	PURÊ DE BATATA C/ CARNE E LEGUMES 27/out
REFEIÇÃO	23/out	24/out	25/out	26/out	27/out
DESJEJUM	PÃO CASEIRO FORMULA 2	PÃO DE LEITE FORMULA 2	BROA CASEIRA FORMULA 2	PÃO CASEIRO FORMULA 2	PÃO DE LEITE FORMULA 2
ALMOÇO	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO OMELETE (SOMENTE GEMA) CHUCHU REFOGADO C/ CENOURA AMASSADOS	MACARÃO PAPA FEIJÃO AMASSADINHO FRANGO AO MOLHO (DESFIADO) ACELGA REFOGADA	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO CARNE COZIDA DESFIADA REPOLHO REFOGADO AMASSADO MACÃ RASPADINHA FORMULA 2	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO CARNE MOIDA AO MOLHO AMASSADA BATATA COZIDA AMASSADA MAMÃO AMASSADO FORMULA 2	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO FRANGO AO MOLHO (DESFIADO) CREME DE COUVE COM CENOURA MANGA AMASSADA FORMULA 2
LANCHINHO	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2
LANCHE	CANJA FORMULA 2	SOPA DE CARNE COM LEGUMES FORMULA 2	QUIRERA COM CARNE AO MOLHO FORMULA 2	SOPA DE FEIJÃO FORMULA 2	SOPA DE MANDIOCA C/ CARNE FORMULA 2

OS VEGETAIS PODERÃO SER ALTERADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR

TODAS AS CARNES DEVEM SER MUITO BEM COZIDAS, AMASSADAS E DESFIADAS!

*Alline Souza de Godói*  
Nutricionista  
Chefe Dep. De Merenda Escolar  
Decreto 7938/2023

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**CARDÁPIO MENSAL: OUTUBRO 2023**  
**CRIANÇAS 6 E 7 MESES => HORÁRIOS: DESJEJUM (8H), ALMOÇO (11H), LANCHE 1 (13H30) E LANCHE 2 (15H30)**

REFEIÇÃO	02/out	03/out	04/out	05/out	06/out
DESJEJUM	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2
ALMOÇO	SOPA DE LEGUMES (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR E AMASSAR OUTROS INGREDIENTES)	SOPA DE LENTILHA C/ CARNE (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR E AMASSAR OUTROS INGREDIENTES)	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR E AMASSAR OUTROS INGREDIENTES)	CANJA DE FRANGO DESFIADO (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR)	SOPA DE LEGUMES (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR E AMASSAR OUTROS INGREDIENTES)
LANCHE 1	BANANA PRATA AMASSADA	MAÇÃ RASPADINHA	PURÊ DE MELANCIA	MANGA AMASSADA	PAPINHA DE PERA
LANCHE 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2
REFEIÇÃO	08/out	10/out	11/out	12/out	13/out
DESJEJUM	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2
ALMOÇO	CANJA DE FRANGO DESFIADO (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR)	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR E AMASSAR OUTROS INGREDIENTES)	SOPA DE QUIREIRINHA COM LEGUMES	FERIADO	RECESSO
LANCHE 1	BANANA PRATA AMASSADA	MAÇÃ RASPADINHA	PURÊ DE MELÃO C/ MAÇA		
LANCHE 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2		
REFEIÇÃO	16/out	17/out	18/out	19/out	20/out
DESJEJUM	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2
ALMOÇO	SOPA DE LEGUMES (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR E AMASSAR OUTROS INGREDIENTES)	POLENTA C/ CARNE AO MOLHO E LEGUMES (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR)	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR E AMASSAR OUTROS INGREDIENTES)	CANJA DE FRANGO DESFIADO (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR)	PURÊ DE BATATA COM CARNE MOIDA (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR)
LANCHE 1	BANANA PRATA AMASSADA	MAMÃO AMASSADO	PURÊ DE MELÃO C/ MAÇA	CREME DE ABACATE C/ BANANA PRATA	PURÊ DE MELANCIA
LANCHE 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2
REFEIÇÃO	23/out	24/out	25/out	26/out	27/out
DESJEJUM	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2
ALMOÇO	CANJA DE FRANGO DESFIADO (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR)	SOPA DE LEGUMES (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR E AMASSAR OUTROS INGREDIENTES)	SOPA DE QUIREIRA C/ CARNE E LEGUMES (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR E AMASSAR OUTROS INGREDIENTES)	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR E AMASSAR OUTROS INGREDIENTES)	SOPA DE MANDIOCA CREMOSA C/ MUSCULO (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR E AMASSAR OUTROS INGREDIENTES)
LANCHE 1	PURÊ DE FRUTAS	PURÊ DE MELÃO C/ MAÇA	MAÇÃ RASPADINHA	MAMÃO AMASSADO	MANGA AMASSADA
LANCHE 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2

OS VEGETAIS PODERÃO SER ALTERNADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR.

  
**Alline Souza de Godoi**  
 Nutricionista

Chefe Dep. De Merenda Escolar  
 Decreto 7938/2021

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**CARDÁPIO MENSAL: OUTUBRO 2023 RESTRIÇÃO ALIMENTAR - ALERGIA AO OVO - NÃO ACRESCENTAR OVO NEM MACARRÃO EM NENHUMA PREPARAÇÃO**  
**CRIANÇAS 1 A 3 ANOS => HORÁRIOS: DESJEJUM (8H), ALMOÇO (11H), LANCHE 1 (13H30) E LANCHE 2 (15H30)**

REFEIÇÃO	02/out	03/out	04/out	05/out	06/out
DESJEJUM	PÃO CASEIRO (RECEITA SEM OVO) C/ QUEIJO CHÁ SEM AÇÚCAR	PÃO DE QUEIJO (RECEITA SEM OVO) LEITE C/ CACAU SEM AÇÚCAR	PÃO CASEIRO (RECEITA SEM OVO) C/ PARTE DE MAMÃO (RECEITA SEM OVO) SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO CASEIRO (RECEITA SEM OVO) C/ CARNE MOIDA SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO CASEIRO (RECEITA SEM OVO) C/ GELÉIA SEM AÇÚCAR CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FRANGO GRELHADO PEPINO SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO POSTA ASSADA AO MOLHO ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE REPOLHO ROXO	ARROZ FEIJÃO FRANGO REFOGADO ACELGA REFOGADA	QUIREIRA CARNE MOIDA AO MOLHO BATATA SAUTE COUVE REFOGADA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO SALADA DE BETERRADA
LANCHINHO	BANANA	MAÇÃ	MELANCIA	MANGA	LARANJA
LANCHE	SOPA DE LEGUMES COM CARNE (SEM MACARRÃO)	SOPA DE LENTILHA	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE	RISOTO, CHUCHU REFOGADO	MINGAU DE AVEIA C/ BANANA
REFEIÇÃO	09/out	10/out	11/out	12/out	13/out
DESJEJUM	PÃO CASEIRO (RECEITA SEM OVO) C/ REQUEIJO CHÁ SEM AÇÚCAR	PÃO INTEGRAL (RECEITA SEM OVO) C/ GELÉIA S/ AÇÚCAR VITAMINA DE FRUTAS S/ AÇÚCAR	PÃO CASEIRO (RECEITA SEM OVO) C/ QUEIJO CHÁ SEM AÇÚCAR	PÃO CASEIRO (RECEITA SEM OVO) C/ CARNE MOIDA SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	MACARRÃO DE ARROZ FEIJÃO ISCAS AO MOLHO COUVE REFOGADA SALADA DE ALFACE
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FRANGO GRELHADO CENOURA REFOGADA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO FAROFA DE LEGUMES SEM OVO SALADA DE PEPINO	MACARRÃO DE ARROZ FEIJÃO ISCAS AO MOLHO COUVE REFOGADA SALADA DE ALFACE	FERIADO	RECESSO
LANCHINHO	BANANA	MAÇÃ	MELÃO		
LANCHE	CANJA	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE	HAMBURGUER CASEIRO SEM OVO/ TOMATE E SUCO LARANJA		
REFEIÇÃO	16/out	17/out	18/out	19/out	20/out
DESJEJUM	PÃO CASEIRO (RECEITA SEM OVO) C/ REQUEIJO CHÁ SEM AÇÚCAR	TORTA DE LEGUMES (RECEITA SEM OVO) SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO CASEIRO (RECEITA SEM OVO) C/ COZE DE MACA (RECEITA S/ AÇÚCAR) IOGURTE	PÃO INTEGRAL (RECEITA SEM OVO) C/ GELÉIA SEM AÇÚCAR SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	BOLÃO DE CACAU E BANANA SEM AÇÚCAR (RECEITA SEM OVO) CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO BIFE GRELHADO REPOLHO E CENOURA REFOGADOS	ARROZ FEIJÃO ISCAS ACEBOLADAS SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO PEITO DE FRANGO REFOGADO ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE BRÓCOLIS	POLENTA CARNE COZIDA AO MOLHO CHUCHU REFOGADO SALADA DE BETERRABA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO POSTA ASSADA AO MOLHO SALADA DE COUVE FLORES
LANCHINHO	BANANA	MAMÃO	MELÃO	LARANJA	MELANCIA
LANCHE	SOPA DE LEGUMES	QUIREIRA C/ CARNE AO MOLHO	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE	CANJA	PURE DE BATATA (SEM OVO) C/ CARNE E LEGUMES
REFEIÇÃO	23/out	24/out	25/out	26/out	27/out
DESJEJUM	MINGAU DE AVEIA S/ AÇÚCAR BANANA	PÃO DE QUEIJO (RECEITA SEM OVO) LEITE C/ CACAU SEM AÇÚCAR	PÃO CASEIRO (RECEITA SEM OVO) C/ PARTE DE MAMÃO (RECEITA SEM OVO) SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO CASEIRO (RECEITA SEM OVO) C/ CARNE MOIDA SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO CASEIRO (RECEITA SEM OVO) C/ CAMOPIA DE MACA (RECEITA S/ AÇÚCAR) CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FRANGO GRELHADO VAGEM REFOGADA	MACARRÃO DE ARROZ FRANGO AO MOLHO ESPINAFRE REFOGADO SALADA DE ACELGA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO BIFE ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO FILE DE TILÁPIA ASSADO (NÃO PASSAR NO OVO) BATATA SAUTE SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO FRANGO COZIDO C/ CENOURA COUVE REFOGADA
LANCHINHO	LARANJA	MELÃO	MAÇÃ	MAMÃO	MANGA
LANCHE	CANJA	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	QUIREIRA COM CARNE AO MOLHO	SOPA DE FEIJÃO SEM MACARRÃO	SOPA DE MANDIOCA C/ CARNE

*Ailaine Souza de Godoi*  
**Ailaine Souza de Godoi**

Nutricionista  
 Chefe Dep. De Merenda Escolar  
 Dnºcreto 7938/2021

**SECRETARIA DE EDUCAÇÃO - CARDÁPIO MENSAL: OUTUBRO 2023**  
**RESTRIÇÃO ALIMENTAR - ALERGIA AO LEITE**  
**CRIANÇAS 1 A 3 ANOS => HORÁRIOS: DESJEJUM (8H), ALMOÇO (11H), LANCHE 1 (13H30) E LANCHE 2 (15H30)**

REFEIÇÃO	02/out	03/out	04/out	05/out	06/out
DESJEJUM	PAO INTEGRAL (RECEITA SEM LEITE) C/ COMPOSTA DE MAÇÃ (RECEITA) CHÁ SEM AÇÚCAR	PAO DE QUEIJO (RECEITA SEM LEITE) BEBIDA DE ARROZ C/ CACAU SEM AÇÚCAR	PAO CASEIRO (RECEITA SEM LEITE) C/ FRANGO E MAMÃO (RECEITA SEM LEITE) SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PAO CASEIRO (RECEITA SEM LEITE) C/ CARNE MOIDA SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PAO CASEIRO (RECEITA SEM LEITE) C/ OMELETE CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OVO MEXIDO PEPINO SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO POSTA ASSADA AO MOLHO ABOBRIINHA REFOGADA SALADA DE REPOLHO ROXO	ARROZ FEIJÃO FRANGO REFOGADO ACELGA REFOGADA	QUIREIRA CARNE MOIDA AO MOLHO BATATA SAUTE COUVE REFOGADA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO SALADA DE BETERRADA
LANCHINHO	BANANA	MAÇÃ	MELANCIA	MANGA	LARANJA
LANCHE	SOPA DE LEGUMES COM CARNE	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE	RISOTO, CHUCHU REFOGADO	MINGAU DE AVEIA (PEITO DE BERRADA DE ARROZ) C/ BANANA
REFEIÇÃO	09/out	10/out	11/out	12/out	13/out
DESJEJUM	CREPIÓCA (RECEITA SEM LEITE) CHÁ SEM AÇÚCAR	PAO INTEGRAL (RECEITA SEM LEITE) C/ COMPOSTA DE MAÇÃ (RECEITA) BEBIDA DE ARROZ C/ FRUTAS	PAO CASEIRO (RECEITA SEM LEITE) C/ OVOS MEXIDOS CHÁ SEM AÇÚCAR		
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OMELETE C/ ESPINAFRE CENOURA REFOGADA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO FAROFA DE LEGUMES SALADA DE PEPINO	MACARRÃO FEIJÃO ISCAS AO MOLHO COUVE REFOGADA SALADA DE ALFACE	FERIADO	RECESSO
LANCHINHO	BANANA	MAÇÃ	MELÃO		
LANCHE	CANJA	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE	MAMBUQUETI CASEIRO (PAO SEM LEITE) TOMATE E SUCO LARANJA		
REFEIÇÃO	16/out	17/out	18/out	19/out	20/out
DESJEJUM	PAO CASEIRO (RECEITA SEM LEITE) C/ CACAU DE FRUTAS SEM AÇÚCAR CHÁ SEM AÇÚCAR	TORTA DE LEGUMES (RECEITA SEM LEITE) SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PAO CASEIRO (RECEITA SEM LEITE) C/ OVO DE MAÇÃ (RECEITA SEM AÇÚCAR) BEBIDA DE ARROZ C/ FRUTAS	PAO CASEIRO (RECEITA SEM LEITE) C/ OVOS MEXIDOS SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PAO DE CACAU E BANANA SEM AÇÚCAR (RECEITA SEM LEITE) CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OVO COZIDO REPOLHO E CENOURA REFOGADOS	ARROZ FEIJÃO ISCAS ACEBOLADAS SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO PEITO DE FRANGO REFOGADO ABOBRIINHA REFOGADA SALADA DE BROCOLIS	POLENTA CARNE COZIDA AO MOLHO CHUCHU REFOGADO SALADA DE BETERRABA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO POSTA ASSADA AO MOLHO SALADA DE COUVE FLORE
LANCHINHO	BANANA	MAMÃO	MELÃO	LARANJA	MELANCIA
LANCHE	SOPA DE LEGUMES	QUIREIRA C/ CARNE AO MOLHO	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE	CANJA	PIRUE DE BATATA (RECEITA SEM LEITE) C/ CARNE E LEGUMES
REFEIÇÃO	23/out	24/out	25/out	26/out	27/out
DESJEJUM	MINGAU DE AVEIA E AÇÚCAR (PEITO COM BEBIDA DE ARROZ) BANANA	PAO DE QUEIJO (RECEITA SEM LEITE) BEBIDA DE ARROZ C/ CACAU SEM AÇÚCAR	PAO CASEIRO (RECEITA SEM LEITE) C/ PARTE DE FRANGO (RECEITA SEM LEITE) SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PAO CASEIRO (RECEITA SEM LEITE) C/ CARNE MOIDA SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PAO CASEIRO (RECEITA SEM LEITE) C/ OMELETE CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OMELETE VAGEM REFOGADA	MACARRÃO FRANGO AO MOLHO ESPINAFRE REFOGADO SALADA DE ACELGA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO BIFE ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO FILE DE TILÁPIA ASSADO BATATA SAUTE SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO FRANGO COZIDO C/ CENOURA COUVE REFOGADA
LANCHINHO	LARANJA	MELÃO	MAÇÃ	MAMÃO	MANGA
LANCHE	CANJA	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	QUIREIRA COM CARNE AO MOLHO	SOPA DE FEIJÃO	SOPA DE MANDIOCA C/ CARNE

*Alaine Souza de Godoi*

Nutricionista

Chefe Dep. De Merenda Escolar

Decreto 7938/2021

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

## CARDÁPIO MENSAL: OUTUBRO 2023 RESTRIÇÃO ALIMENTAR - ALERGIA AO LEITE, FEIJÃO E LENTILHA - ALUNA MARIA FLORE

APÓS O EPISÓDIO DE VÔMITO EM 11 DE ABRIL APÓS INGERIR PEIXE, O PEIXE SERÁ RETIRADO DO CARDÁPIO DA ALUNA. AGUARDANDO ORIENTAÇÃO MÉDICA.  
CRIANÇAS 1 A 3 ANOS => HORÁRIOS: DESJEJUM (8H), ALMOÇO (11H), LANCHE 1 (13H30) E LANCHE 2 (15H30)

REFEIÇÃO	02/out	03/out	04/out	05/out	06/out
DESJEJUM	PAO INTEGRAL (RECEITA SEM LITE) C/ COMPOSTA DE MAÇÃ CHÁ SEM AÇÚCAR	PAO DE QUEIJO (RECEITA SEM LITE) BEBIDA DE ARROZ C/ CACAU SEM AÇÚCAR	PAO CASSEIRO (RECEITA SEM LITE) C/ FRANGO (RECEITA SEM LITE) SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PAO CASSEIRO (RECEITA SEM LITE) C/ CARNE MOIDA SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PAO CASSEIRO (RECEITA SEM LITE) C/ OMELETE CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ OVO MEXIDO PEPINO SALADA DE TOMATE	ARROZ POSTA ASSADA AO MOLHO ABORINHA REFOGADA SALADA DE REPOLHO ROXO	ARROZ FRANGO REFOGADO ACELGA REFOGADA	QUIRERA CARNE MOIDA AO MOLHO BATATA SAUTE COUVE REFOGADA	ARROZ FRANGO ASSADO SALADA DE BETERRADA
LANCHINHO	BANANA	MAÇÃ	MELANCIA	MANJUA	LARANJA
LANCHE	SOPA DE LEGUMES COM CARNE	SOPA DE LEGUMES	SOPA DE CARNE C/ BATATA	RISOTO, CHUCHU REFOGADO	MINGAU DE AVEIA (FEITO C/ BEBIDA DE ARROZ) C/ BANANA
REFEIÇÃO	09/out	10/out	11/out	12/out	13/out
DESJEJUM	CREPIOCA (RECEITA SEM LITE) CHÁ SEM AÇÚCAR	BEBIDA DE ARROZ C/ FRUTAS	PAO CASSEIRO (RECEITA SEM LITE) C/ OMELETE CHÁ SEM AÇÚCAR	MAÇARRÃO ISCAS AO MOLHO COUVE REFOGADA SALADA DE ALFACE	RECESSO
ALMOÇO	ARROZ OMELETE C/ ESPINAFRE CENOURA REFOGADA	ARROZ FRANGO ASSADO FAROPA DE LEGUMES SALADA DE PEPIÑO	MAÇARRÃO ISCAS AO MOLHO COUVE REFOGADA SALADA DE ALFACE	FERIADO	
LANCHINHO	BANANA	MAÇÃ	MELAO		
LANCHE	CANJA	SOPA DE LEGUMES C/ CARNE	MANDIQUINHA CASSEIRO PAO SEM LITE) TOMATE E SUCO LARANJA		
REFEIÇÃO	16/out	17/out	18/out	19/out	20/out
DESJEJUM	PAO CASSEIRO (RECEITA SEM LITE) C/ GELIA DE FRUTA E AÇUCAR CHÁ SEM AÇÚCAR	TORTA DE LEGUMES (RECEITA SEM LITE) SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PAO CASSEIRO (RECEITA SEM LITE) C/ OVO E BOCA DE MAÇÃ (RECEITA SEM LITE) BEBIDA DE ARROZ BATIDA COM FRUTA	PAO INTEGRAL (RECEITA SEM LITE) C/ OVOS MEXIDOS SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	BOLO DE CACAU E BANANA SEM AÇÚCAR (RECEITA SEM LITE) CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ OVO COZIDO REPOLHO E CENOURA REFOGADOS	ARROZ ISCAS ACEBOLADAS SALADA DE ALFACE	ARROZ PETTO DE FRANGO REFOGADO ABORINHA REFOGADA SALADA DE BROCOLIS	POLENTA CARNE COZIDA AO MOLHO CHUCHU REFOGADO SALADA DE BETERRABA	ARROZ INTEGRAL POSTA ASSADA AO MOLHO SALADA DE COUVE FLOR
LANCHINHO	BANANA	MAMÃO	MELAO	LARANJA	MELANCIA
LANCHE	SOPA DE LEGUMES	QUIRERA C/ CARNE AO MOLHO	SOPA DE CARNE C/ BATATA	CANJA	PURE DE BATATA (RECEITA SEM LITE) C/ CARNE E LEGUMES
REFEIÇÃO	23/out	24/out	25/out	26/out	27/out
DESJEJUM	MINGAU DE AVEIA S/ AÇÚCAR (RETA COM BEBIDA DE ARROZ) BANANA	PAO DE QUEIJO (RECEITA SEM LITE) BEBIDA DE ARROZ C/ CACAU SEM AÇÚCAR	PAO CASSEIRO (RECEITA SEM LITE) C/ FRANGO (RECEITA SEM LITE) SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PAO CASSEIRO (RECEITA SEM LITE) C/ CARNE MOIDA SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PAO CASSEIRO (RECEITA SEM LITE) C/ OMELETE CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ OMELETE VAGEM REFOGADA	MACARRÃO FRANGO AO MOLHO ESPINAFRE REFOGADO SALADA DE ACELGA	ARROZ INTEGRAL BIFE ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FRANGO GRELHADO BATATA SAUTE SALADA DE ALFACE	ARROZ FRANGO COZIDO C/ CENOURA COUVE REFOGADA
LANCHINHO	LARANJA	MELAO	MAÇÃ	MAMÃO	MANJUA
LANCHE	CANJA	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	QUIRERA COM CARNE AO MOLHO	SOPA DE LEGUMES COM FRANGO	SOPA DE MANDIOCA C/ CARNE

*Aline Souza de Godoi*

Nutricionista

Chefe Dep. de Merenda Escolar

Decreto 7938/2023

**SECRETARIA DE EDUCAÇÃO - CARDÁPIO MENSAL: OUTUBRO 2023 - LUCAS FERNANDES GUESSE - DIABETES TIPO 1**  
**ACRESCENTAR AVEIA OU LINHAÇA NAS SOPAS - 1 COLHER DE SOBREMESA**  
**CRIANÇAS 1 A 3 ANOS => HORÁRIOS: DESJEJUM (8H), ALMOÇO (11H), LANCHE 1 (13H30) E LANCHE 2 (15H30)**

REFEIÇÃO	02/out	03/out	04/out	05/out	06/out
DESJEJUM	PÃO INTEGRAL C/ QUEIJO CHÁ SEM AÇÚCAR	PÃO DE QUEIJO (RECEITA) LEITE C/ CACAU SEM AÇÚCAR	PÃO INTEGRAL C/ PATE DE FRANGO (RECEITA) SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	BROA CASEIRA INTEGRAL C/ CARNE MOIDA SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO DE GRÃOS C/ OMELETE CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO OVO MEXIDO PEPINO SALADA DE TOMATE	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO POSTA ASSADA AO MOLHO ABOBRIINHA REFOGADA SALADA DE REPOLHO ROXO	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FRANGO REFOGADO ACELGA REFOGADA	QUIRERA CARNE MOIDA AO MOLHO ABOBRIINHA SAUTE COUVE REFOGADA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FRANGO ASSADO SALADA DE BETERRADA
LANCHINHO	BANANA PRATA COM AVEIA	MAÇÃ COM CASCA	LARANJA COM BAGAÇO E SEM SEMENTE	PERA C/ CASCA	LARANJA COM BAGAÇO E SEM SEMENTE
LANCHE	SOPA DE LEGUMES COM CARNE	SOPA DE LENTILHA	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE	RISOTO, CHUCHU REFOGADO	MINGAU DE AVEIA C/ BANANA SEM AÇÚCAR
REFEIÇÃO	09/out	10/out	11/out	12/out	13/out
DESJEJUM	PÃO DE GRÃOS C/ REQUEIJÃO CHÁ SEM AÇÚCAR	PÃO INTEGRAL C/ GELEIA S/ AÇÚCAR VITAMINA DE MAÇA C/ CASCA SEM AÇÚCAR	BROA CASEIRA C/ OVOS MEXIDOS CHÁ SEM AÇÚCAR		
ALMOÇO	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO OMELETE C/ ESPINAFRE CENOURA REFOGADA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FRANGO ASSADO LEGUMES REFOGADOS SALADA DE PEPINO	MACARRÃO INTEGRAL FEIJÃO ISCAS AO MOLHO COUVE REFOGADA SALADA DE ALFACE	FERIADO	RECESSO
LANCHINHO	BANANA PRATA COM AVEIA	MELÃO	MAÇÃ COM CASCA		
LANCHE	CANJA COM ARROZ INTEGRAL	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE	HAMBURGUER CASEIRO/ TOMATE E SUCO LARANJA		
REFEIÇÃO	16/out	17/out	18/out	19/out	20/out
DESJEJUM	PÃO INTEGRAL C/ REQUEIJÃO CHÁ SEM AÇÚCAR	TORTA DE LEGUMES COM AVEIA SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO INTEGRAL C/ POOCE DE MAÇA (RECEITA S/ AÇÚCAR) VITAMINA DE MAÇA C/ CASCA SEM AÇÚCAR	PÃO INTEGRAL C/ OVOS MEXIDOS SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	BOLO DE CACAU E BANANA SEM AÇÚCAR CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO OVO COZIDO REPOLHO E CENOURA REFOGADOS	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO ISCAS ACEBOLADAS SALADA DE ALFACE	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO PEITO DE FRANGO REFOGADO ABOBRIINHA REFOGADA SALADA DE BRÓCOLIS	POLENTA CARNE COZIDA AO MOLHO CHUCHU REFOGADO SALADA DE ACELGA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO POSTA ASSADA AO MOLHO SALADA DE COUVE FLOR COM LINHAÇA
LANCHINHO	BANANA PRATA COM AVEIA	MAMÃO COM AVEIA	MELÃO	LARANJA COM BAGAÇO E SEM SEMENTE	MAÇÃ COM CASCA
LANCHE	SOPA DE LEGUMES C/ CARNE	QUIRERA C/ CARNE AO MOLHO	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE	CANJA COM ARROZ INTEGRAL	SOPA DE LEGUMES C/ CARNE
REFEIÇÃO	23/out	24/out	25/out	26/out	27/out
DESJEJUM	MINGAU DE AVEIA S/ AÇÚCAR BANANA PRATA	TORTA DE LEGUMES COM AVEIA LEITE C/ CACAU SEM AÇÚCAR	PÃO INTEGRAL C/ PATE DE FRANGO (RECEITA) CHÁ SEM AÇÚCAR	PÃO INTEGRAL C/ CARNE MOIDA SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO INTEGRAL C/ OMELETE CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO OMELETE VAGEM REFOGADA	MACARRÃO INTEGRAL FRANGO AO MOLHO ESPINAFRE REFOGADO SALADA DE ACELGA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO BIFE ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FILE DE TILÁPIA ASSADO ABOBRIINHA SAUTE SALADA DE ALFACE	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FRANGO COZIDO C/ CENOURA COUVE REFOGADA
LANCHINHO	LARANJA COM BAGAÇO E SEM SEMENTE	MELÃO	MAÇÃ COM CASCA	MAMÃO COM AVEIA	LARANJA COM BAGAÇO E SEM SEMENTE
LANCHE	CANJA COM ARROZ INTEGRAL	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	QUIRERA COM CARNE AO MOLHO	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE	SOPA DE MANDIOCA C/ CARNE

OS VEGETAIS PODERÃO SER ALTERADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR.

*Marcia Bastos*  
**Ailene Souza de Godoi**  
 Nutricionista

Chefe Dep. De Merenda Escolar  
 Dret/Dep 7938/2023