

ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÁTIMA
CARDÁPIO OUTUBRO 2017

	Segunda-feira - 02/10/2017	Terça-feira – 03/10/2017	Quarta-feira – 04/10/2017	Quinta-feira – 05/10/2017	Sexta-feira – 06/10/2017
Almoço	Macarrão com molho de tomate + Feijão + Almôndegas assadas Salada: chuchu com milho + beterraba Sobremesa: Sagu Bebida: Suco de laranja	Arroz + feijão + frango em cubos com cenoura e ervilhas Salada: Pepino + tomate Sobremesa: Salada de frutas Bebida: água	Arroz + feijão + Purê de batatas + frango com molho Salada: alface com cenoura Sobremesa: gelatina Bebida: Suco de melão	Macarrão com frango desfiado + feijão carioca Salada: Brócolis + couve-flor Sobremesa: abacaxi com canela Bebida: água	Arroz + feijão + carne moída com abobrinha Salada: tomate + alface Sobremesa: gelatina com creme Bebida: Suco de morango
	Segunda-feira - 09/10/2017	Terça-feira – 10/10/2017	Quarta-feira – 11/10/2017	Quinta-feira – 12/10/2017	Sexta-feira – 13/09/2017
Almoço	Arroz + feijão + aipim + carne moída com molho Salada: alface com tomate Sobremesa: maçã com canela Bebida: água	Arroz + feijão + refogado de frango com batata e cenoura Salada: alface + pepino Sobremesa: gelatina Bebida: Suco de laranja	Carreteiro + feijão + couve refogada Salada: beterraba + couve-flor Sobremesa: creme de laranja Bebida: água	Arroz + feijão carioca + lasanha de frango Salada: Brócolis com milho + tomate Sobremesa: Pudim Bebida: Suco de uva	Macarrão com galinha + feijão + Refogado de chuchu, cenoura e milho. Salada: couve chinesa Sobremesa: Mamão Bebida: água
	Segunda-feira - 16/10/2017	Terça-feira - 17/10/2017	Quarta-feira - 18/10/2017	Quinta-feira - 19/10/2017	Sexta-feira - 20/10/2017
Almoço	Arroz + feijão + Panqueca de carne Salada: tomate + repolho Sobremesa: Sagu Bebida: Suco de laranja	Risoto + feijão + repolho refogado. Salada: beterraba + alface Sobremesa: Salada de Frutas Bebida: água	Arroz + feijão + Purê de batatas + Almôndegas assadas com molho de tomate Salada: Pepino + brócolis Sobremesa: Gelatina Bebida: Suco de uva	Macarrão com molho de tomate + frango assado+ feijão carioca. Abobrinha refogada. Salada: cenoura ralada + repolho Sobremesa: Abacaxi com canela Bebida: água	Arroz + feijão + carne de panela com chuchu e cenoura Salada: alface + tomate Sobremesa: Pudim Bebida: Suco de melão
	Segunda-feira - 23/10/2017	Terça-feira - 24/10/2017	Quarta-feira - 25/10/2017	Quinta-feira - 26/10/2017	Sexta-feira - 27/10/2017
Almoço	Carreteiro + feijão + repolho refogado Salada: beterraba + pepino Sobremesa: banana com canela Bebida: água	Macarrão com galinha + feijão + couve refogada Salada: chuchu com milho Sobremesa: gelatina com creme Suco de manga	Arroz + feijão carioca+ Panqueca de carne Salada: cenoura + alface Sobremesa: salada de frutas Bebida: água	Arroz + feijão + Polenta com carne moída. Salada: couve-flor com milho + repolho Sobremesa: Pudim Suco Uva	Arroz + feijão + frango com molho + batata doce assada Salada: tomate + couve-flor Sobremesa: maçã com canela Bebida: água
	Segunda-feira - 30/10/2017	Terça-feira -31/10/2017			
Almoço	Macarrão com carne moída + feijão + repolho refogado. Salada: beterraba cozida + tomate Sobremesa: gelatina Bebida: suco de abacaxi	Risoto + feijão + moranga refogada. Salada: pepino + alface Sobremesa: maçã com canela Bebida: água			