

CARDÁPIO LANCHE MANHÃ OUTUBRO – 2025

DATA	DIA DA SEMANA	LANCHE	FRUTA	SUCO
01/10	4ª feira	Cuscuz com ovo	Melancia	Manga
02/10	5ª feira	Mix de frutas com aveia (Mamão, Manga e Tangerina)	***	Goiaba
03/10	6ª feira	Munguzá	Maçã	Acerola
06/10	2ª feira	Mix de frutas com aveia (Mamão, Melancia e Abacaxi)	***	Laranja
07/10	3ª feira	Pizza caseira	Goiaba	Limão
08/10	4ª feira	Bolo de cenoura	Tangerina	Graviola
09/10	5ª feira	Broa de milho	Uva	Tangerina
10/10	6ª feira	Sanduíche de queijo	Manga	Uva
13/10	2ª feira	Inhame com frango guisado	Abacaxi	Maracujá
14/10	3ª feira	Bolo de laranja	Banana	Abacaxi
15/10	4ª feira	Feriado – Dia do Professor		
16/10	5ª feira	Milho cozido	Melão	Cajá
17/10	6ª feira	Tapioca com queijo coalho	Tangerina	Caju
20/10	2ª feira	Sopa de carne com legumes	Melancia	Goiaba
21/10	3ª feira	Macaxeira com carne de sol desfiada	Maçã	Manga
22/10	4ª feira	Bolo de banana com aveia	Melão	Acerola
23/10	5ª feira	Sanduíche natural de atum com cenoura	Uva	Laranja
24/10	6ª feira	Banana com aveia	***	Graviola
27/10	2ª feira	Batata doce com carne moída	Goiaba	Tangerina
28/10	3ª feira	Panqueca de banana	Tangerina	Limão
29/10	4ª feira	Canja	Banana	Uva
30/10	5ª feira	Cuscuz com ovo	Abacaxi	Maracujá
31/10	6ª feira	Cachorro quente	Melancia	Abacaxi

DAYANA SOUZA

Nutricionista – CRN6-37671