

## CARDÁPIO ALMOÇO OUTUBRO – 2025

| DATA  | DIA DA SEMANA | ALMOÇO                                                                                        |
|-------|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 01/10 | 4ª feira      | Panqueca de frango + Arroz com cenouras + Purê de legumes                                     |
| 02/10 | 5ª feira      | Bife acebolado + Arroz + Legumes cozidos                                                      |
| 03/10 | 6ª feira      | Frango de forno + Arroz com cenouras + Salada de folhas c/ tomate                             |
| 06/10 | 2ª feira      | Bife ao molho + Macarrão + Legumes cozidos                                                    |
| 07/10 | 3ª feira      | Carne de sol acebolada+ Arroz + Feijão verde + Farofa + Vinagrete                             |
| 08/10 | 4ª feira      | Peito de frango acebolado + Arroz + Purê de legumes                                           |
| 09/10 | 5ª feira      | Iscas de peixe assado + Arroz com brócolis + Purê de batata                                   |
| 10/10 | 6ª feira      | Frango guisado + Arroz + Salada de folhas c/ tomate com ovo de codorna                        |
| 13/10 | 2ª feira      | Almondegas + Macarrão com molho de tomate + Batatas de forno                                  |
| 14/10 | 3ª feira      | Peixe ao forno + Arroz branco + Farofa de jerimum                                             |
| 15/10 | 4ª feira      | <b>Feriado – Dia do Professor</b>                                                             |
| 16/10 | 5ª feira      | Cozido de carne com legumes + Arroz branco + Pirão                                            |
| 17/10 | 6ª feira      | Frango guisado + Arroz + Salada crua com ovo de codorna                                       |
| 20/10 | 2ª feira      | Frango assado + Arroz com cenouras + Salada de legumes                                        |
| 21/10 | 3ª feira      | Carne de sol acebolada + Arroz com cenouras + Feijão verde + Farofa + Vinagrete               |
| 22/10 | 4ª feira      | Panqueca de carne moída + Arroz com espinafre + Salada ralada de cenoura, repolho e beterraba |
| 23/10 | 5ª feira      | Lombo assado + Arroz com cenouras + Salada de batatas + Pirão                                 |
| 24/10 | 6ª feira      | Frango guisado + Arroz branco + Salada de folhas c/ tomate com ovo de codorna                 |
| 27/10 | 2ª feira      | Cozido de carne com legumes + Arroz branco + Pirão                                            |
| 28/10 | 3ª feira      | Carne de sol acebolada + Arroz com cenouras + Feijão verde + Farofa + Vinagrete               |
| 29/10 | 4ª feira      | Frango de forno + Arroz + Legumes ao forno                                                    |
| 30/10 | 5ª feira      | Iscas de peixe + Arroz + Purê de legumes                                                      |
| 31/10 | 6ª feira      | Lombo assado + Arroz com espinafre + Salada crua ralada c/ ovo de codorna + Pirão             |

OBS.: TODO DIA SERÁ OFERECIDO UM TIPO DE SUCO  
TODO DIA SERÁ OFERECIDO FEIJÃO

**DAYANA SOUZA**  
Nutricionista – CRN6-37671