

CARDÁPIO LANCHE TARDE OUTUBRO – 2025

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

DAYANA SOUZA

Nutricionista – CRN6-37671