**CARDÁPIO I – DE 02 A 06 DE OUTUBRO DE 2023**

| **HORÁRIOS** | **SEGUNDA-FEIRA** | **TERÇA-FEIRA** | **QUARTA-FEIRA** | **QUINTA-FEIRA** | **SEXTA-FEIRA** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Manhã**  **1º lanche**  **9h -** Frutas  **2º lanche**  **11h -** Complemento  **Tarde**  **1º lanche**  **14h30 -** Frutas  **2º lanche**  **16h30 -** Complemento | **GRUPO 1\***  Maçã, melão e bolo  Brócolis cozido  Purê de baroa  Ovo mexido | **GRUPO 1\***  Banana e Laranja  Sopa de legumes com frango e macarrão  Pão torradinho | **GRUPO 1\***  Tangerina e maçã  Arroz parboilizado  Feijão preto  Carne com cenoura | **GRUPO 1\***  Maçã e banana  Macarrão integral parafuso  Frango assado desfiado  Brócolis cozido | **GRUPO 1\***  Abacaxi e mamão  Purê de inhame  Carne moída  Legumes no vapor |
| **GRUPO 2 E 3\*\***  Maçã e melão  Cupcake de cacau  Iogurte, granola e uva passa | **GRUPO 2 E 3\*\***  Banana e Laranja  Sopa de legumes com frango e macarrão  Pão torradinho | **GRUPO 2 E 3\*\***  Tangerina e maçã  Arroz parboilizado  Feijão preto  Carne desfiada  Alface e cenoura ralada | **GRUPO 2 E 3\*\***  Maçã e banana  Macarrão integral parafuso  Frango assado desfiado  Milho em rodelas cozido  Brócolis cozido | **GRUPO 2 E 3\*\***  Abacaxi e mamão  Pão integral  Carne moída  Creme de cenoura  Alface  Suco de morango |
| **Manhã - 09h30**  **Tarde - 15h30** | **GRUPOS 4, 5 E 6**  Maçã e Melão  Bolo de cacau  Iogurte, granola e uva passa | **GRUPOS 4, 5 E 6**  Banana  Sopa de legumes com frango e macarrão  Pão torradinho | **GRUPOS 4, 5 E 6**  Tangerina  Arroz parboilizado  Feijão preto  Carne desfiada  Alface e cenoura ralada | **GRUPOS 4, 5 E 6**  Banana  Macarrão integral parafuso  Frango assado desfiado  Milho em rodelas cozido  Brócolis cozido | **GRUPOS 4, 5 E 6**  Abacaxi  Pão integral  Carne moída  Creme de cenoura  Alface  Suco de morango |

**CARDÁPIO II – de 09 A 11 DE OUTUBRO DE 2023**

| **HORÁRIOS** | **SEGUNDA-FEIRA** | **TERÇA-FEIRA** | **QUARTA-FEIRA** | **QUINTA-FEIRA** | **SEXTA-FEIRA** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Manhã**  **1º lanche**  **9h -** Frutas  **2º lanche**  **11h -** Complemento  **Tarde**  **1º lanche**  **14h30 -** Frutas  **2º lanche**  **16h30 -** Complemento | **GRUPO 1\***  Laranja, maçã, bolo  Creme de inhame  Omelete com cebolinha  Cenoura palito | **GRUPO 1\***  Uva e banana  Macarrão integral parafuso  carne desfiada com molho  Abóbora coz. e couve | **GRUPO 1\***  Mamão e Laranja  Mingau\*\*\* de aveia, banana e canela  Banana | *Feriado Nacional*  *(sem atividades letivas)* | *(sem atividades letivas)* |
| **GRUPO 2 E 3\*\***  Laranja e maçã  Bolo de laranja sem glúten  Leite com cacau | **GRUPO 2 E 3\*\***  Uva e banana  Macarrão integral parafuso  Carne desfiada  Abóbora cozida  Alface | **GRUPO 2 E 3\*\***  Mamão e laranja  Mingau\*\*\* de aveia, banana e canela  Uva passa  Banana |  |  |
| **Manhã - 09h30**  **Tarde - 15h30** | **GRUPO 4, 5 E 6**  Maçã  Bolo de laranja sem glúten  Leite com cacau | **GRUPO 4, 5 e 6**  Uva  Macarrão integral parafuso  Carne desfiada  Abóbora cozida  Alface | **GRUPO 4, 5 E 6**  Banana  Mingau\*\*\* de aveia, banana e canela  Uva passa |  |  |

**CARDÁPIO III – 16 A 20 DE OUTUBRO DE 2023**

| **HORÁRIOS** | **SEGUNDA-FEIRA** | **TERÇA-FEIRA** | **QUARTA-FEIRA** | **QUINTA-FEIRA** | **SEXTA-FEIRA** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Manhã**  **1º lanche**  **9h -** Frutas  **2º lanche**  **11h -** Complemento  **Tarde**  **1º lanche**  **14h30 -** Frutas  **2º lanche**  **16h30 -** Complemento | **GRUPO 1\***  Laranja, maçã e bolo  Batata baroa cozida  Brócolis cozido  Ovo mexido com cebolinha | **GRUPO 1\***  Banana e abacaxi  Sopa de legumes com frango e macarrão  Pão torradinho | **GRUPO 1\***  Mamão e banana  Arroz integral e feijão  Carne de panela desfiada  Purê de batata baroa | **GRUPO 1\***  Maçã e banana  Arroz parboilizado  Lentilha  Almôndegas  Batata doce assada, alface | **GRUPO 1\***  Uva,melão  Tortinha de carne e espinafre  Cenoura palito  Purê com salsinha |
| **GRUPO 2 E 3\*\***  Laranja e maçã  Bolo de banana, aveia e canela  Iogurte  Granola | **GRUPO 2 E 3\*\***  Banana e abacaxi  Sopa de legumes com frango e macarrão  Pão torradinho | **GRUPO 2 E 3\*\***  Mamão e banana  Arroz integral e feijão  Carne de panela cubos  Purê de batata baroa  Alface | **GRUPO 2 E 3\*\***  Maçã e banana  Arroz parboilizado  Lentilha  Almôndegas assadas  Batata doce assada, alface | **GRUPO 2 E 3\*\***  Uva e melão  Tortinha de atum e espinafre  Cenoura palito  Suco de goiaba |
| **Manhã - 09h30**  **Tarde - 15h30** | **GRUPO 4, 5 E 6**  Maçã  Bolo de banana, aveia e canela  Iogurte  Granola | **GRUPO 4, 5 e 6**  Banana  Sopa de legumes com frango e macarrão  Pão torradinho  *OBS.: Macarrão sem glúten* | **GRUPO 4, 5 E 6**  Banana  Arroz integral e feijão  Carne de panela desfiada  Purê de batata baroa  Alface | **GRUPO 4, 5 E 6**  Maçã  Arroz parboilizado  Lentilha  Almôndegas assadas  Batata doce assada, alface | **GRUPO 4, 5 E 6**  Uva  Tortinha de atum e espinafre  Cenoura palito  Suco de goiaba |

**CARDÁPIO IV – 23 A 27 DE OUTUBRO DE 2023**

| **HORÁRIOS** | **SEGUNDA-FEIRA** | **TERÇA-FEIRA** | **QUARTA-FEIRA** | **QUINTA-FEIRA** | **SEXTA-FEIRA** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Manhã**  **1º lanche**  **9h -** Frutas  **2º lanche**  **11h -** Complemento  **Tarde**  **1º lanche**  **14h30 -** Frutas  **2º lanche**  **16h30 -** Complemento | **GRUPO 1\***  Laranja e maçã  Sopa de macarrão com legumes e ovos | **GRUPO 1\***  Banana e abacaxi  Macarrão parafuso integral  Frango cubos com salsinha  Beterraba em cubos | **GRUPO 1\***  Mamão e banana  Arroz integral e feijão  Carne de panela desfiada  Brócolis cozido | **GRUPO 1\***  Maçã e banana  Arroz e Lentilha  Carne moída refogada com cenoura em cubos  Alface | **GRUPO 1\***  Maçã  Purê de batata  Almôndega de grão de bico |
| **GRUPO 2 E 3\*\***  Laranja e maçã  Bolo de banana, aveia e canela  Chocolate quente\*\*\* | **GRUPO 2 E 3\*\***  Banana e abacaxi  Macarrão parafuso integral  Frango em cubos com salsinha  Beterraba em cubos | **GRUPO 2 E 3\*\***  Mamão e banana  Arroz integral e feijão  Carne de panela desfiada  Brócolis cozido | **GRUPO 2 E 3\*\***  Maçã e banana  Arroz parboilizado  Lentilha  Carne moída refogada com cenoura em cubos e Alface | **GRUPO 2 E 3\*\***  maçã  Iogurte  Granola/aveia  Pão torradinho  Creme de inhame |
| **Manhã - 09h30**  **Tarde - 15h30** | **GRUPO 4, 5 E 6**  Maçã  Bolo de banana, aveia e canela  Chocolate quente\*\*\* | **GRUPO 4, 5 e 6**  Banana  Macarrão parafuso integral  Frango em cubos com salsinha  Beterraba em cubos | **GRUPO 4, 5 E 6**  Banana  Arroz integral e feijão  Carne de panela desfiada  Brócolis cozido | **GRUPO 4, 5 E 6**  Maçã  Arroz parboilizado  Lentilha  Carne moída refogada com cenoura em cubos  Alface | **GRUPO 4, 5 E 6**  Iogurte  Granola/aveia  Pão torradinho  Manteiga\*\*\*  Geleia de morango  Mel |