

Cardápio de Outubro de 2025.

Crianças da turma Pré Maternal grupo Violeta.

Data	Lanche da Manhã A partir das 9h30.	Almoço & Jantar A partir das 11h30 e 16h30.	Lanche da Tarde A partir das 15h.
4ª feira, 01/10	Fruta da estação.	Lentilha, arroz, carne bovina moída com moranga. Salada de couve flor.	Crepioça de banana e frutas da estação.
5ª feira, 02/10	Fruta da estação.	Feijão, arroz, espinafre com frango. Salada de tomate.	Frutas da estação.
6ª feira, 03/10	Fruta da estação.	Feijão, arroz e iscas bovinas e brócolis refogado. Salada de cenoura.	Frutas da estação.
2ª feira, 06/10	Fruta da estação.	Feijão, arroz, carne bovina moída e purê de batata inglesa. Salada de beterraba.	Frutas da estação.
3ª feira, 07/10	Fruta da estação.	Feijão, arroz, bife de frango grelhado e quibebe. Salada de alface.	Frutas da estação.
4ª feira, 08/10	Fruta da estação.	Lentilha, arroz, carne de panela e repolho refogado. Salada de cenoura.	Biscoito de aveia com banana e passas e frutas da estação.
5ª feira, 09/10	Fruta da estação.	Feijão, arroz, peixe grelhado e torta de legumes. Salada de tomate.	Frutas da estação.
6ª feira, 10/10	Fruta da estação.	Feijão, arroz, iscas de frango e polenta molinha. Salada de repolho roxo.	Frutas da estação.
3ª feira, 14/10	Fruta da estação.	Lentilha, arroz, carne bovina moída e couve manteiga. Salada de tomate.	Frutas da estação.
4ª feira, 15/10	Fruta da estação.	Feijão, arroz, frango desfiado com batata inglesa. Salada de brócolis.	Crepioça de banana e frutas da estação.
5ª feira, 16/10	Fruta da estação.	Feijão, arroz, bife bovino grelhado. Salada de cenoura.	Frutas da estação.
6ª feira, 17/10	Fruta da estação.	Feijão, arroz, carne de panela e batata doce. Salada de beterraba.	Bolo caseiro integral de banana e maçã adoçado com passas e frutas da estação.
2ª feira, 20/10	Fruta da estação.	Feijão, arroz, iscas de frango grelhado e moranga refogada.	Frutas da estação.
3ª feira, 21/10	Fruta da estação.	Lentilha, arroz, carne bovina moída e espaguete. Salada de tomate.	Frutas da estação.
4ª feira, 22/10	Fruta da estação.	Feijão, arroz, peixe grelhado e cenoura refogada.	Biscoito de aveia com banana e passas de uva e frutas da estação.
5ª feira, 23/10	Fruta da estação.	Feijão, arroz, iscas de frango e chuchu com milho.	Frutas da estação.
6ª feira, 24/10	Fruta da estação.	Feijão, arroz, carne de panela e polenta molinha. Salada de beterraba.	Muffin de cenoura adoçado com banana e passas e frutas da estação.
2ª feira, 27/10	Fruta da estação.	Feijão, arroz, bife de frango grelhado. Salada de cenoura.	Frutas da estação.
3ª feira, 28/10	Fruta da estação.	Lentilha, arroz, carne bovina e couve manteiga. Salada de tomate.	Frutas da estação.
4ª feira, 29/10	Fruta da estação.	Feijão, arroz, iscas de frango e seleta de legumes.	Crepioça de maçã e frutas da estação.
5ª feira, 30/10	Fruta da estação.	Feijão, arroz, carne bovina moída. Salada de brócolis.	Frutas da estação.
6ª feira, 31/10	Fruta da estação.	Feijão, arroz, panqueca recheada com carne moída. Salada de alface.	Frutas da estação.

Água é ofertada com livre demanda. Às 13h e às 18h oferecemos mamadeira e/ou frutas da estação. No caso de recusa de lanche serão oferecidas frutas da estação. No caso de alergias alimentares o cardápio será adaptado à necessidade da criança.

Dúvidas? Converse comigo.

Nutricionista Roselaine Kalisiensky - CRN 3927