



PREFEITURA DE NOVA TRENTO



Secretaria Municipal de Educação



CARDÁPIO ESCOLAR



Novembro/ 2021

2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
01/11 Dia de todos os Santos	02/11	03/11	04/11	05/11
Café c/ leite Bolacha caseira (L)	 Dia de Finados 02 de novembro	Massa com carne moída c/ legumes Beterraba ralada	Suco de uva Rosquinha de polvilho caseira	Arroz Purê misto (abóbora e aipim) Ovos mexidos Couve/Repolho
08/11	09/11 Entrega da merenda	10/11	11/11	12/11
Leite c/ achocolatado Bolacha salgada Laranja	Polenta cremosa Frango ensopado Acelga/Tomate	Arroz/ Feijão preto c/ picadinho e legumes Farofa Alface/Repolho roxo	Suco de laranja Pizza de liquidificador	Risoto de pernil Legumes refogados (cenoura, batata, brócolis) Alface
15/11 Proclamação da República	16/11	17/11	18/11	19/11 Dia da Bandeira
	Massa c/ frango Rúcula/Tomate	Arroz/Farofa Picadinho c/ batata Espinafre/Beterraba ralada	Suco de uva Sanduíche de queijo, alface e cenoura	Salada de frutas (laranja, maçã, banana, mamão) Bolacha caseira (E)
22/11	23/11 Entrega da merenda	24/11	25/11	26/11
Vitamina de iogurte Broa Maçã	Suco de abacaxi c/ limão Bolo de cenoura	Suco de tangerina Tortinha de legumes (cenoura, brócolis, abobrinha, chuchu)	Suco de morango Sanduíche de queijo	Arroz/ Feijão carioca Farofa de ovos Couve/Chuchu
29/11	30/11			
Minestra c/ carne moída e c/ legumes (cenoura, batata, nabo)	Macarrão ao molho de legumes (chuchu, cenoura, batata, repolho) Omelete Rúcula			

Obs.: As saladas e as frutas poderão ser alteradas conforme a época e a produção da horta escolar.

Obs2: Os sucos serão adoçados com outras frutas (sem açúcar), e nos sucos ácidos serão colocados um pouco de açúcar para tirar a acidez. Vitaminas não serão adoçadas com açúcar, somente com frutas.

Carolina Sardá Estuqui
Nutricionista – CRN10 0661
20/11 - Dia Nacional da Consciência Negra