



PREFEITURA DE NOVA TRENTO

Secretaria Municipal de Educação



CARDÁPIO ESCOLAR VER AS DATAS DE COMEMORAÇÃO DO DIA 12



Outubro/ 2022 MÊS DAS CRIANÇAS E DOS PROFESSORES

2ª Feira 02/10	3ª Feira 03/10	4ª Feira 04/10	5ª Feira 05/10	6ª Feira 06/10
<u>Suco de acerola</u> <u>Maçã</u> <u>Bolacha caseira</u> (E) 09/10	<u>Suco de uva</u> Pão caseiro c/ manteiga 10/10	<u>Feijão preto</u> c/ pernil Rúcula/ cenoura cozida <u>Laranja</u> 11/10	<u>Bufê de frutas</u> 12/10 Dia de Nossa Sra. Aparecida	<u>Suco de morango</u> <u>Tangerina</u> Bolo de fubá 13/10
Café c/ leite <u>Laranja</u> <u>Bolacha caseira</u> (L) 16.10 Dia da alimentação	<u>Suco de uva</u> <u>Banana</u> Nega maluca 17.10	<u>Suco de tangerina</u> Cachorro-quente 18.10	 19.10	 20.10
Sopa de legumes (aipim, cenoura, chuchu, berinjela) <u>Laranja</u> 23/10	<u>Suco de uva</u> Pão caseiro c/ <u>melado</u> <u>Laranja</u> 24/10	Minestra Tomate MUDEI O CARDÁPIO 25/10	Purê de <u>aipim</u> Arroz Isclas de carne Pepino MUDEI O CARDÁPIO 26/10	Arroz/ <u>Feijão</u> <u>vermelho</u> <u>Farofa</u> de ovos Alface <u>Banana</u> 27/10
Café c/ leite <u>Melancia</u> <u>Bolacha caseira</u> (L) 30/10 Dia da Merendeira	<u>Suco de limão</u> c/ abacaxi Bolo de cenoura 31/10	Arroz/ <u>Feijão preto</u> c/ pernil <u>Farofa</u> c/ cenoura Rúcula	<u>Bufê de frutas</u>	Arroz Feijão <u>Farofa</u> de ovos Repolho
Suco de abacaxi c/ limão <u>Maçã</u> <u>Bolacha caseira</u> (E)	Arroz Feijão <u>Farofa</u> de ovos Repolho		DIA 30/10 É O DIA DA MERENDEIRA!!!!!!	PARABÉNS, QUERIDAS MERENDEIRAS!!!!

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.

15.10 dia do professor

21.10 Dia da alimentação na escola

28.10 Dia do Funcionário Público

28.10 Dia do Funcionário Público

30.10 Dia da Merendeira

Carolina Sardá Estuqui
Nutricionista – CRN10 0661