

PREFEITURA DE NOVA TRENTO

Secretaria Municipal de Educação



OUTUBRO/2022

CARDÁPIO ESCOLAR PRÉ CEI



2ª Feira 03/10	3ª Feira 04/10	4ª Feira 05/10	5ª Feira 06/10	6ª Feira 07/10
Carreteiro (iscas de carne, arroz) Repolho refogado Tomate/Pepino	Vitamina de frutas Pão caseiro Maçã	Arroz, feijão Farofa de ovo Legumes refogados (cenoura, abobrinha, tomate, cebola, temp. verde)	Leite Pão caseiro c/ doce de frutas s/ açúcar	Bufê de frutas (maçã, banana, mamão, laranja)
2ª Feira 10/10	3ª Feira 11/10	4ª Feira 12/10	5ª Feira 13/10	6ª Feira 14/10
Frutas Pipoca	Frutas Danoninho saudável (batata doce, morango, leite)	Feriado	Frutas Chocolate quente saudável (batata doce, leite, cacau em pó)	Frutas Suco de uva Cachorro quente saudável (cenoura)
2ª Feira 18/10	3ª Feira 19/10	4ª Feira 20/10	5ª Feira 21/10	6ª Feira 22/10
Pão de queijo Café com leite Maçã	Arroz, feijão Frango ao molho de tomate Alface/Tomate	Almôndegas caseiras ao molho de tomate Macarrão Alface/Cenoura cozida	Sopa de legumes (arroz, aipim, cenoura, chuchu, abobrinha)	Bufê de frutas (maçã, melão, mamão, melancia)
2ª Feira 25/10	3ª Feira 26/10	4ª Feira 27/10	5ª Feira 28/10	6ª Feira 29/10
Minestra (feijão, arroz, cenoura, brócolis) Laranja	Leite Bolo de laranja sem açúcar	Macarronada (macarrão, carne moída) Alface/Cenoura cozida	Bufê de frutas (maçã, banana, mamão, melancia)	Arroz, feijão, Filé de peixe grelhado Pepino/Berinjela

Obs.: As saladas e as frutas poderão ser alteradas conforme a época e produção da horta escolar. O dia que tem frutas, essa será servida por primeiro.

Carolina Sardá Estuqui
Nutricionista - CRN10 0661