

❖ **ALMOÇO-****Mês: NOVEMBRO**

Sexta – 01/11				
				Arroz branco
				Feijão preto
				Churrasquinho misto
				Farofa de cenoura Salada Verde/ milho/ tomate
				Bebida Suco
				Sobremesa Fruta
Segunda 04.11	Terça 05.11	Quarta- 06.11	Quinta- 07.11	Sexta – 08.11
Arroz branco	Arroz branco e Arroz colorido (cenoura e milho)	Arroz branco	Arroz branco / macarrão colorido ao alho e queijo ralado	Arroz branco
Feijão preto	Feijão preto	Feijão preto	Feijão preto	Feijão preto e feijão cariquinha
Picadinho de carne com cenoura	Bife de Panela ao molho madeira	Gurjão de peixe	File de frango grelhado	Strogonoff de carne
Aipim cozido Salada alface, Tomate	Torta de legumes e Salada Verde	Batata doce e cenoura cozidas, espinafre refogado e tomate	Beterraba cozida Couve refogada, alface e tomate	Batata palha Salada de alface, berinjela refogada e tomate
Bebida Suco	Bebida Suco	Bebida Suco	Bebida Suco	Bebida Suco
Sobremesa Fruta	Sobremesa Fruta	Sobremesa Fruta	Sobremesa Fruta	Sobremesa Fruta
Segunda 11.11	Terça- 12.11	Quarta- 13.11	Quinta- 14.11	Sexta – 15.11
Arroz branco e Arroz colorido com beterraba	Arroz branco e Macarrão parafuso	Arroz branco	Arroz branco	FERIADO
Feijão branco	Feijão preto	Feijão preto e feijão vermelho	Feijão preto	
Bife de carne grelhado	Gurjão de peixe	Hamburguinho caseiro	Bolo de batata recheado com carne moída e mussarela	

Purê de batata Salada de alface e tomate	Chuchu refogado Salada de brócolis, abóbora e tomate	Salada de Alface com tomate e couve-flor gratinada	Farofa de couve Salada tomate e pepino em rodela	
Bebida Suco	Bebida Suco	Bebida Suco	Bebida Suco	
Sobremesa Fruta	Sobremesa Fruta	Sobremesa Fruta	Sobremesa Fruta e pudim de leite	

Segunda 18.11	Terça- 19.11	Quarta – 20.11	Quinta – 21.11	Sexta 22.11
FERIADO	FERIADO	FERIADO	Arroz branco	Arroz branco
			Feijão preto	Feijão preto
			Strogonoff de frango	Panqueca de carne moída com muçarela
			Batata palha Salada de alface, tomate e cenoura	Purê de abóbora Brócolis, tomate e beterraba
			Bebida Suco	Bebida Suco
			Sobremesa Fruta/ Açai	Sobremesa Fruta

Segunda 25.11	Terça 26.11	Quarta- 27.11	Quinta- 28.11	Sexta – 29.11
Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco e macarrão espaguete ao alho e óleo	Arroz branco	Arroz branco
Feijão preto	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão preto e Feijão branco
Salpicão de Frango (sem maionese)	Almôndegas ao molho vermelho	Carne moída com cenoura	Isca de fígado e isca de frango	Carne assada com agrião
Salada de alface com tomate	Purê de Batata doce e Salada de legumes	Brócolis gratinado e Salada alface com tomate	Couve refogada Salada de tomate, cenoura e couve-flor	Batata frita Salada verde, abobrinha e tomate
Bebida Suco	Bebida Suco	Bebida Suco	Bebida Suco	Bebida Suco
Sobremesa Fruta	Sobremesa Fruta/ Doce de leite	Sobremesa Fruta	Sobremesa Pudim de leite	Sobremesa Fruta

• LANCHES -NOVEMBRO

				01.11 Sexta-feira
				<p>Manhã <u>COLAÇÃO</u> -Pão francês com mussarela; -Biscoito de polvilho; - FRUTAS</p> <p>Bebida: Suco</p>
				<p>TARDE -Pipoca salgada; - Biscoito amanteigado. -FRUTAS;</p> <p>Bebidas: Suco e Vitamina de banana</p>

04.11- Segunda-feira	05.11- Terça-feira	06. 11- Quarta-feira	07.11- Quinta-feira	08.11- Sexta-feira
<p>MANHÃ <u>COLAÇÃO</u> - Bisnaguinha com creme de ricota e queijo mussarela; -Biscoito de polvilho. - FRUTAS</p> <p>Bebida: Suco</p>	<p>Manhã <u>COLAÇÃO</u> - Pão francês com manteiga e queijo mussarela; -Batata Rufles original; - FRUTAS</p> <p>Bebidas: Suco ou logurte com mel e granola</p>	<p>Manhã <u>COLAÇÃO</u> --Pão integral com creme de ricota e queijo mussarela na chapa; -FRUTAS</p> <p>Bebidas: Suco ou Vitamina de morango;</p>	<p>Manhã <u>COLAÇÃO</u> - Bolo caseiro -Batata Biscoito amanteigado; - FRUTAS</p> <p>Bebidas: Suco ou Água de coco.</p>	<p>Manhã <u>COLAÇÃO</u> -Pão de queijo; - FRUTAS</p> <p>Bebidas: Suco e Açaí</p>

<p>TARDE</p> <p>-Esfiha de carne moída com mussarela; -Torrada com geléia; FRUTAS</p> <p>Bebidas: Suco ou Vitamina de abacate</p>	<p>TARDE</p> <p>-Pão de queijo; -Biscoito de polvilho; -FRUTAS</p> <p>Bebida: Laranjada</p>	<p>TARDE</p> <p>- Bolo caseiro; - Pipoca salgada; FRUTAS</p> <p>Bebidas: Suco ou logurte natural com mel e granola</p>	<p>TARDE</p> <p>-Pão de queijo; -Batata lays; -FRUTAS</p> <p>Bebidas: Vitamina de banana ou suco</p>	<p>TARDE</p> <p>-Mini Pizza de mussarela -Biscoito Amanteigado.</p> <p>-FRUTAS</p> <p>Bebidas: Suco</p>
11.11- segunda-feira	12.11-terça-feira	13.11- quarta-feira	14.11- quinta-feira	15.11- sexta feira
<p>COLAÇÃO</p> <p>- Pão integral na chapa com queijo mussarela; -FRUTAS; -Pipoca salgada.</p> <p>Bebida: Laranjada</p>	<p>COLAÇÃO</p> <p>- Sanduiche natural; - Torrada com creme de ricota; - FRUTAS</p> <p>Bebidas: Suco e Açaí</p>	<p>COLAÇÃO</p> <p>- Bolo caseiro ; - Torrada com geleia. - FRUTAS</p> <p>Bebida: Suco</p>	<p>COLAÇÃO</p> <p>-Pão francês com manteiga na chapa; - Biscoito de polvilho; -FRUTAS</p> <p>Bebidas: Suco ou Vitamina de banana.</p>	FERIADO
<p>TARDE</p> <p>- Hamburguinho caseiro com mussarela; -Batata ruffles original; -FRUTAS</p> <p>Bebidas: Suco ou logurte natural com mel e granola.</p>	<p>TARDE</p> <p>- Pão francês com ovo mexido e mussarela; -Mix de castanhas. -FRUTAS</p> <p>Bebida: Laranjada</p>	<p>TARDE</p> <p>- Joelinho assado de queijo mussarela e creme de ricota; - Biscoito amanteigado</p> <p>-FRUTAS</p> <p>Bebidas: Suco ou Água de coco</p>	<p>TARDE</p> <p>- Pão de queijo; - Bolo caseiro. -FRUTAS .</p> <p>Bebidas: Limonada ou logurte natural com mel e granola.</p>	
18.11- segunda-feira	19.11-terça-feira	20.11- quarta-feira	21.11- quinta-feira	22.11- sexta feira
FERIADO	FERIADO	FERIADO	<p>Manhã COLAÇÃO</p> <p>-Pão francês com mussarela e manteiga na chapa; - Biscoito amanteigado -FRUTAS</p> <p>Bebida: Suco e Açaí;</p>	<p>COLAÇÃO</p> <p>- Hamburguinho caseiro; -Pipoca salgada. - FRUTAS</p> <p>Bebida: Suco</p>
			<p>TARDE</p> <p>- Esfiha de carne - FRUTAS</p> <p>Bebidas: SUCO</p>	<p>TARDE</p> <p>-Hamburguinho caseiro com tomate -FRUTAS</p> <p>Bebidas: SUCO</p>
25.11 segunda-feira	26.11- terça-feira	27.11- quarta-feira	28.11 quinta-feira	29.11 sexta-feira
<p>Manhã COLAÇÃO</p> <p>-Sanduíche natural; - Biscoito de polvilho.</p> <p>- FRUTAS</p> <p>Bebidas: Suco ou logurte natural com mel e granola.</p>	<p>Manhã COLAÇÃO</p> <p>-Pão de queijo; -Batata Ruffles original.</p> <p>- FRUTAS</p> <p>Bebidas: Suco ou Vitamina de abacate.</p>	<p>Manhã COLAÇÃO</p> <p>-Bolo caseiro -Torrada com creme de ricota.</p> <p>- FRUTAS</p> <p>Bebida: Suco.</p>	<p>Manhã COLAÇÃO</p> <p>- Pão francês com mussarela e manteiga na chapa; -Biscoito amanteigado</p> <p>- FRUTAS</p> <p>Bebidas: Suco ou água de coco.</p>	<p>Manhã COLAÇÃO</p> <p>- Bisnaguinha integral com creme de ricota. -Pipoca salgada. - FRUTAS</p> <p>Bebida: Suco ou Vitamina de morango.</p>
<p>TARDE</p> <p>Joelinho assado de frango com creme de ricota e mussarela; - Pipoca salgada; -FRUTAS</p> <p>Bebida: Laranjada.</p>	<p>TARDE</p> <p>- Sanduiche natural - Biscoito de polvilho. - FRUTAS</p> <p>Bebidas: Suco ou logurte natural com mel e granola.</p>	<p>TARDE</p> <p>- Hamburguinho caseiro com mussarela; - Batata Ruffles original; -FRUTAS</p> <p>Bebidas: Suco ou Açaí</p>	<p>TARDE</p> <p>- Bolo caseiro; - Biscoito amanteigado.</p> <p>-FRUTAS</p> <p>Bebidas: Suco ou Vitamina de abacate</p>	<p>TARDE</p> <p>- Bisnaguinha com mussarela e creme de ricota; - Biscoito polvilho -FRUTAS</p> <p>Bebidas: Suco ou Água de coco.</p>

--	--	--	--	--