

CARDÁPIO FUNDAMENTAL				OUTUBRO2020
SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
			01/10/20 NHOQUE COM CARNE MOÍDA E LEGUME (BRÓCOLIS) BANANA 240,38 Kcal	02/10/20 CARNE EM CUBOS COM LEGUME (CENOURA) ARROZ FEIJÃO 272,89 Kcal
05/10/20 MACARRÃO À BOLONHESA LARANJA	06/10/20 CARNE EM TIRAS COM LEGUME (BATATA DOCE) ARROZ FEIJÃO 306,53 Kcal	07/10/20 MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, TOMATE, MILHO VERDE E ERVILHA BANANA 191,90 Kcal	08/10/20 NHOQUE COM CARNE MOÍDA E LEGUME (BRÓCOLIS) BANANA 240,38 Kcal	09/10/20 CARNE EM CUBOS COM LEGUME (CENOURA) ARROZ FEIJÃO 272,89 Kcal
12/10/20	13/10/20 NHOQUE À BOLONHESA LARANJA 248,37 Kcal	14/10/20 CARNE EM TIRAS COM LEGUME (ABÓBORA) ARROZ FEIJÃO 274,68 Kcal	15/10/20 CARNE EM CUBOS COM LEGUME (CENOURA) ARROZ FEIJÃO 272,89 Kcal	16/10/20 MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, TOMATE, MILHO VERDE E ERVILHA BANANA 191,90 Kcal
19/10/20 MACARRÃO À BOLONHESA LARANJA 301,56 Kcal	20/10/20 CARNE EM TIRAS COM LEGUME (ABÓBORA) ARROZ FEIJÃO 274,68 Kcal	21/10/20 MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, TOMATE, MILHO VERDE E ERVILHA BANANA 191,90 Kcal	22/10/20 NHOQUE COM CARNE MOÍDA E LEGUME (BRÓCOLIS) BANANA 240,38 Kcal	23/10/20 CARNE EM CUBOS COM LEGUME (CENOURA) ARROZ FEIJÃO 272,89 Kcal
26/10/20 NHOQUE À BOLONHESA LARANJA 248,37 Kcal	27/10/20 CARNE EM TIRAS COM LEGUME (ABÓBORA) ARROZ FEIJÃO 274,68 Kcal	28/10/20 MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, TOMATE, MILHO VERDE E ERVILHA BANANA 191,90 Kcal	29/10/20 CARNE EM CUBOS COM LEGUME (CENOURA) ARROZ FEIJÃO 272,89 Kcal	30/10/20 MACARRÃO À BOLONHESA REPOLHO REFOGADO LARANJA 316,27 Kcal

Cardápio elaborado para servimento em marmita, com sistema de rodízio de alunos, de acordo com a disponibilidade de gêneros alimentícios.

Mirtz A. Nakamura Kuwahara
Mirtz A. Nakamura Kuwahara
Nutricionista CRN-8/1212

Fábio
Fábio Alfredo Gonçalves de Campos
Gerente de Alimentação Escolar