

		01/11/2021 - Segunda	02/11/2021 - Terça	03/11/2021 - Quarta	04/11/2021 - Quinta	05/11/2021 - Sexta
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 a 3	PONTO FACULTATIVO	FERIADO		Vitamina de banana com cacau Maçã	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
LANCHE (13:00h)	Inf. 4, 5 e Fund				Vitamina de banana com cacau (c/açúcar) / Biscoito rosquinha	Leite com cacau (c/açúcar) Biscoito rosquinha com manteiga
ALMOÇO (10:00h)					Macarrão ao sugo	Arroz, Feijão
JANTAR (15:00h)				Frango desfiado com milho Sal. de cenoura ralada com tomate / Melão	Ovos mexidos com batata Salada de beterraba cozida Laranja	

		08/11/2021 - Segunda	09/11/2021 - Terça	10/11/2021 - Quarta	11/11/2021 - Quinta	12/11/2021 - Sexta
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 a 3	Leite com cacau Maçã	Suco de Melancia Pão caseiro com patê de cenoura		Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de abacate com banana Pão com manteiga
LANCHE (13:00h)	Inf. 4, 5 e Fund	Leite com cacau (c/ açúcar) Maçã	Suco de melancia (c/ açúcar) Pão de forma integral com patê de cenoura		Leite com cacau (c/açúcar) Pão hot dog com manteiga	Iogurte de morango Biscoito Cream Cracker
ALMOÇO (10:00h)		Macarrão alho e óleo Atum ao molho	Arroz, Feijão Preto Pernil com abóbora		Arroz, Feijão Carne moída com abobrinha	Sopa de feijão com Frango (abóbora, batata, chuchu e macarrão)
JANTAR (15:00h)		Sal. de acelga com tomate Melão	Virado de couve Laranja	Salada de alface com tomate Banana	Maçã	

		15/11/2021 - Segunda	16/11/2021 - Terça	17/11/2021 - Quarta	18/11/2021 - Quinta	19/11/2021 - Sexta
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 a 3	FERIADO	Leite com cacau Maçã		Vitamina de banana Pão caseiro com patê de cenoura	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
LANCHE (13:00h)	Inf. 4, 5 e Fund		Leite com cacau (c/ açúcar) Biscoito Cream Cracker		Chá Mate / Pão de forma integral com patê de cenoura	Leite com cacau (c/ açúcar) Pão hot dog com manteiga
ALMOÇO (10:00h)			Arroz, Feijão Ovos cozidos c/ azeite e salsa		Macarrão ao molho de beterraba e cenoura / Carne moída	Sopa de feijão com carne (batata, cenoura e abobrinha)
JANTAR (15:00h)			Batata e cenoura sauté Laranja	Salada de Alface Melancia	Maçã	

		22/11/2021 - Segunda	23/11/2021 - Terça	24/11/2021 - Quarta	25/11/2021 - Quinta	26/11/2021 - Sexta
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 a 3	Vitamina de banana Maçã	Suco de Melancia Pão caseiro com patê de cenoura		Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Torta de legumes
LANCHE (13:00h)	Inf. 4, 5 e Fund	Mingau de cacau	Suco de melancia (c/ açúcar) Pão de forma integral com patê de cenoura		Leite com cacau (c/ açúcar) Pão hot dog com requeijão	Suco de maracujá Bolo caseiro
ALMOÇO (10:00h)		Arroz, Feijão Atum assado com batata	Arroz, Feijão Pernil com mandioca		Macarrão ao sugo Carne em cubos com cenoura	Sopa de feijão com frango (cenoura, batata doce, chuchu e macarrão)
JANTAR (15:00h)		Salada de cenoura ralada Melão	Salada de repolho com tomate Laranja		Sal. de beterraba cozida Melancia	Maçã

		29/11/2021 - Segunda	30/11/2021 - Terça	01/12/2021 - Quarta	02/12/2021 - Quinta	03/12/2021 - Sexta
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 a 3	Leite com cacau Maçã	Suco de Melancia Pão caseiro com patê de cenoura		Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana com cacau Pão caseiro com manteiga
LANCHE (13:00h)	Inf. 4, 5 e Fund	Leite com cacau (c/ açúcar) Maçã	Chá mate / Pão de forma com patê de cenoura		Leite com cacau (c/açúcar) Biscoito maisena	Leite com cacau (c/açúcar) Pão integral com margarina
ALMOÇO (10:00h)		Arroz, Feijão Omelete temperado (cebola, tomate, salsa)	Arroz, Feijão Preto Carne moída com batata		Macarrão alho e óleo Frango ao molho de abóbora	Caldo verde com pernil (batata, cenoura e couve)
JANTAR (15:00h)		Beterraba ralada / Laranja	Salada de escarola c/ cenoura Melancia		Salada de alface e tomate Banana	Maçã

**\* Cardápio para as Umes: ACRE e PARÁ**

**Observação:** Para os alunos do período da tarde, o almoço pode ser oferecido às 13h e o lanche às 15h.

**Atenção:**

\* Oferecer água entre os intervalos das refeições.

\* Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

**Dayanne dos Santos Ribeiro**

CRN-3 38266  
Nutricionista SAE

**Raquel N. R. C Neves**

CRN-3 35646  
Nutricionista SAE