



CARDÁPIO EIC mês 10/2019

Período 30/09 à 4 de Outubro		SEGUNDA 	TERÇA 	QUARTA 	QUINTA 	SEXTA 
		30	1	2	3	4
Almoço	Saladas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e Cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas
	Pratos Quentes	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete Creme de milho Frango à milanesa Carne moída refogada com batata	Arroz Arroz integral Feijão Penne Farofa Ovo Coxa e sobrecoxa assada Carne assada no forno em finas fatias ao molho ferrugem	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli Batata salte Panqueca de carne Fricassê de frango	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete Farofa Canja Coxinha da asa assada Carne de panela	Arroz Arroz integral Feijão Penne Purê de batata Frango grelhado (cubos) Almondegas de carne

Obs.: O Cardápio poderá sofrer alguma alteração ou substituição devido às condições organolépticas (cor, sabor, texturas e odor) das frutas e verduras.

As folhas verdes servidas são: alface, rúcula, agrião.

Saladas cruas e cozidas: cenoura, tomate, beterraba, pepino, repolho.

Legumes que são servidos conforme o cardápio: couve flor, brócolis, cenoura, abobrinha, berinjela, vagem.

Para o Infantil as frituras são substituídas por preparações assadas, cozidas e grelhadas com exceção do peixe à dorê.

A preparação Coxa e sobrecoxa de frango assada é sem pele e sem osso.

Nutricionista: Greice Bordignon CRN 0571



CARDÁPIO EIC mês 10/2019

Período 07 à 11 de Outubro		SEGUNDA 	TERÇA 	QUARTA 	QUINTA 	SEXTA 
		7	8	9	10	11
Almoço	Saladas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas
	Pratos Quentes	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli Farofa Lentilha Frango (cubos) Carne moída refogada com batata	Arroz Arroz integral Feijão Penne Legumes na manteiga Carne assada de panela Peixe à dorê	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete Farofa Creme de milho Frango à milanesa Almondegas de carne	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli Polenta em cubos com molho sugo e queijo Coxa e sobrecoxa assada Carne assada de forno em finas fatias ao molho roti	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete Farofa Batata corada Fricassê de frango Panqueca de carne moída

Obs.: O Cardápio poderá sofrer alguma alteração ou substituição devido às condições organolépticas (cor, sabor, texturas e odor) das frutas e verduras.

As folhas verdes servidas são: alface, rúcula, agrião.

Saladas cruas e cozidas: cenoura, tomate, beterraba, pepino, repolho.

Legumes que são servidos conforme o cardápio: couve flor, brócolis, cenoura, abobrinha, berinjela, vagem.

Para o Infantil as frituras são substituídas por preparações assadas, cozidas e grelhadas com exceção do peixe à dorê.

A preparação Coxa e sobrecoxa de frango assada é sem pele e sem osso.

Nutricionista: Greice Bordignon CRN 0571



CARDÁPIO EIC mês 10/2019

Período 14 à 18 de Outubro		SEGUNDA 	TERÇA 	QUARTA 	QUINTA 	SEXTA 
		14	15	16	17	18
Almoço	Saladas		Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas
	Pratos Quentes	Antecipação do Feriado Dia do Professor Sem aulas	Arroz Arroz integral Feijão Penne Farofa Coxa e sobrecoxa assada Carne de panela	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete Lentilha Carne assada em finas fatias ao molho ferrugem Frango grelhado (cubos)	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli Farofa Purê de batata Almondegas de carne Coxinha da asa assada	Arroz Arroz integral Feijão Penne Batata corada Fricassê de frango Carne moída refogada com legumes

Obs.: O Cardápio poderá sofrer alguma alteração ou substituição devido às condições organolépticas (cor, sabor, texturas e odor) das frutas e verduras.

As folhas verdes servidas são: alface, rúcula, agrião.

Saladas cruas e cozidas: cenoura, tomate, beterraba, pepino, repolho.

Legumes que são servidos conforme o cardápio: couve flor, brócolis, cenoura, abobrinha, berinjela, vagem.

Para o Infantil as frituras são substituídas por preparações assadas, cozidas e grelhadas com exceção do peixe à dorê.

A preparação Coxa e sobrecoxa de frango assada é sem pele e sem osso.

Nutricionista: Greice Bordignon CRN 0571



CARDÁPIO EIC mês 10/2019

Período 21 à 25 de Outubro		SEGUNDA 	TERÇA 	QUARTA 	QUINTA 	SEXTA 
		21	22	23	24	25
Almoço	Saladas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e Cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas
	Pratos Quentes	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete Farofa Canja Carne assada de panela Frango grelhado (cubos)	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli Bolinho de arroz Panqueca de carne Coxinha de frango assada	Arroz Arroz integral Feijão Penne Farofa Creme de milho Frango à milanesa Carne assada de forno em finas fatias ao molho	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete Batata salte Carne moída refogada Fricassê de frango	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli Farofa Legumes salte Almondegas caseiras assada ao molho sugo Peixe à dorê

Obs.: O Cardápio poderá sofrer alguma alteração ou substituição devido às condições organolépticas (cor, sabor, texturas e odor) das frutas e verduras.

As folhas verdes servidas são: alface, rúcula, agrião.

Saladas cruas e cozidas: cenoura, tomate, beterraba, pepino, repolho.

Legumes que são servidos conforme o cardápio: couve flor, brócolis, cenoura, abobrinha, berinjela, vagem.

Para o Infantil as frituras são substituídas por preparações assadas, cozidas e grelhadas com exceção do peixe à dorê.

A preparação Coxa e sobrecoxa de frango assada é sem pele e sem osso.

Nutricionista: Greice Bordignon CRN 0571



CARDÁPIO EIC mês 10/2019

Período 28/10 à 01 de Novembro		SEGUNDA 	TERÇA 	QUARTA 	QUINTA 	SEXTA 
		28	29	30	31	1
Almoço	Saladas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e Cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas
	Pratos Quentes	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete Farofa Creme de milho Frango à milanesa Carne assada de forno em finas fatias ao molho	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli Legumes salte Carne moída refogada com batata Coxa e sobrecoxa assada	Arroz Arroz integral Feijão Penne Farofa Batata corada Almondegas caseiras assada ao molho sugo Fricassê de frango	Arroz Arroz integral Feijão Espaguete Polenta em cubos Carne assada de panela Frango grelhado (cubos)	Arroz Arroz integral Feijão Fusilli Farofa Lentilha Panqueca de carne Coxinha de frango assada

Obs.: O Cardápio poderá sofrer alguma alteração ou substituição devido às condições organolépticas (cor, sabor, texturas e odor) das frutas e verduras.

As folhas verdes servidas são: alface, rúcula, agrião.

Saladas cruas e cozidas: cenoura, tomate, beterraba, pepino, repolho.

Legumes que são servidos conforme o cardápio: couve flor, brócolis, cenoura, abobrinha, berinjela, vagem.

Para o Infantil as frituras são substituídas por preparações assadas, cozidas e grelhadas com exceção do peixe à dorê.

A preparação Coxa e sobrecoxa de frango assada é sem pele e sem osso.

Nutricionista: Greice Bordignon CRN 0571