
CARDÁPIO - OUTUBRO DE 2025

SEMANA DE 06/10 a 10/1

2ª FEIRA: Risoto de frango, cenoura, abobrinha, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: Ovos

3ª FEIRA: Filé de peixe empanado, couve flor ao molho branco, beterraba, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: Frango

4ª FEIRA: Filé de frango na chapa, farofa, molho à campanha, pepino, alface, arroz, feijão. Opção: Carne

5ª FEIRA: Carne assada, purê de inhame, agrião, alface, tomate, arroz, feijão Opção: Frango

6ª FEIRA: Macarrão, carne moída, molho pesto de manjeriço, rúcula, alface, arroz, feijão. Opção: Ovos

SEMANA DE 13/10 a 17/10

2ª FEIRA: Lombo suíno, farofa, purê de batata, beterraba cozida, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: Carne

3ª FEIRA: Sobrecoxa de frango, cebola caramelizada, polenta, chicória refogada, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: Ovos

4ª FEIRA: Dia livre para os alunos. Dia do Professor.

5ª FEIRA: Filé de peixe empanado, pirão, chuchu com salsinha, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: Frango

6ª FEIRA: Frango xadrez, abóbora cabotiá, couve mineira, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: Ovos

SEMANA DE 20/10 a 24/10

2ª FEIRA: Estrogonofe de carne, aipim no forno, alho poró refogado, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: Frango

3ª FEIRA: Lasanha de frango, abobrinha e cenoura, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: Ovos

4ª FEIRA: Filé de peixe empanado, moqueca de banana da terra, couve, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: Frango

5ª FEIRA: Frango pizzaiolo, abóbora, agrião, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: Carne

6ª FEIRA: Picadinho de carne, suflê de cenoura, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: Frango

SEMANA DE 27/10 a 31/10

2ª FEIRA: Macarrão de forno de frango, vagem refogada, alface, tomate, salsa, feijão. Opção: Ovos

3ª FEIRA: Lombo suíno, batata doce corada, bortalha, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: Frango

4ª FEIRA: Hamburguinho artesanal, rabanete na laranja, salsão, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: Ovos

5ª FEIRA: Filé de peixe empando, salada de batata com maionese artesanal, arroz, feijão. Opção: Carne

6ª FEIRA: Fricassê de frango, beterraba ralada, arroz, feijão preto. Opção: Frango