



**Prefeitura Municipal de Itirapina**  
**Secretaria Municipal da Educação**

**Cardápio Mensal Ensino Pré-escola / Fundamental Integral - Outubro 2023**

**CEI PROF<sup>a</sup> "HILDA BARROS"**

<i>Horário</i>		<b>Segunda 02/10</b>	<b>Terça 03/10</b>	<b>Quarta 04/10</b>	<b>Quinta 05/10</b>	<b>Sexta 06/10</b>
06h30	<i>Café da Manhã</i>	Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga
8h50 – 10h05	<i>Colação</i>	Maçã	Banana	Melancia	Laranja	Mamão
11h00 – 13h00	<i>Almoço</i>	Arroz + feijão + frango refogado <b>Salada:</b> Tomate	Arroz + feijão + carne cubos com batata <b>Salada:</b> Alface	Arroz + feijão + Carne tiras com abobrinha. <b>Salada:</b> Repolho	Macarronada ao molho com carne moída <b>Salada:</b> Acelga	Arroz + feijão + frango com cenoura <b>Salada:</b> Pepino
14h00 – 15h05	<i>Lanche da tarde</i>	Leite + pão francês com manteiga	Salada de frutas	Maçã	Torta de frango cremosa com legumes + Suco de laranja	Leite + biscoito salgado
<i>Horário</i>		<b>Segunda 09/10</b>	<b>Terça 10/10</b>	<b>Quarta 11/10</b>	<b>Quinta 12/10</b>	<b>Sexta 13/10</b>
06h30	<i>Café da Manhã</i>	Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga		
8h50 – 10h05	<i>Colação</i>	Maçã	Mamão	Laranja		
11h00 – 13h00	<i>Almoço</i>	Arroz + feijão + carne cubos com cenoura <b>Salada:</b> Tomate	Macarronada ao molho com carne moída <b>Salada:</b> Alface	Arroz + feijão + Frango refogado com tomate <b>Salada:</b> Cenoura	<u>FERIADO</u>	Reunião Pedagógica
14h00 – 15h05	<i>Lanche da tarde</i>	Leite + pão francês com manteiga	Arroz doce	Leite + biscoito salgado		



## Prefeitura Municipal de Itirapina

### Secretaria Municipal da Educação

<i>Horário</i>		<b>Segunda 16/10</b>	<b>Terça 17/10</b>	<b>Quarta 18/10</b>	<b>Quinta 19/10</b>	<b>Sexta 20/10</b>
06h30	<i>Café da Manhã</i>	Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga
8h50 – 10h05	<i>Colação</i>	Abacaxi	Mamão	Maçã	Banana	Laranja
11h00 – 13h00	<i>Almoço</i>	Arroz + feijão + Frango refogado com tomate. <b>Salada:</b> Acelga	Arroz colorido (ervilha seca e cenoura) + feijão + carne cubos refogada. <b>Salada:</b> Repolho	Arroz + feijão + Farofa de linguiça com legumes (milho verde, cenoura, abobrinha) <b>Salada:</b> Vinagrete	Arroz com cenoura+ feijão +Suíno acebolado <b>Salada:</b> Cenoura	Arroz + feijão + carne moída refogada com abobrinha. <b>Salada:</b> de pepino
14h00 – 15h05	<i>Lanche da tarde</i>	Lanche (pão francês + carne pernil moído ao molho) + Suco de laranja	Banana	Bolo de chocolate caseiro (cacau) + Suco de abacaxi	Melancia	Salada de frutas
<i>Horário</i>		<b>Segunda 23/10</b>	<b>Terça 24/10</b>	<b>Quarta 25/10</b>	<b>Quinta 26/10</b>	<b>Sexta 27/10</b>
06h30	<i>Café da Manhã</i>	Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga
8h50 – 10h05	<i>Colação</i>	Maçã	Mamão	Banana	Laranja	Melancia
11h00 – 13h00	<i>Almoço</i>	Arroz + feijão + frango com batata. <b>Salada:</b> Tomate	Arroz + feijão+ Strogonoff de carne tiras. <b>Salada:</b> Alface	Arroz+ feijão+ carne cubos com legumes <b>Salada:</b> cenoura	Arroz + feijão + Frango refogado com cebola <b>Salada:</b> Acelga	Macarronada ao molho com carne moída <b>Salada:</b> Repolho
13h0 – 14h30	<i>Lanche da tarde</i>	Vitaminado de banana + biscoito maisena	Maçã	Torta de frango com legumes + Suco de laranja	Arroz doce	Leite + pão francês com manteiga



## Prefeitura Municipal de Itirapina

### Secretaria Municipal da Educação

<i>Horário</i>		<b>Segunda 30/10</b>	<b>Terça 31/10</b>			
06h30	<i>Café da Manhã</i>	Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga			
8h50 – 10h05	<i>Colação</i>	Laranja	Banana			
11h00 – 13h00	<i>Almoço</i>	Arroz + feijão + Frango refogado com tomate <b>Salada:</b> Cenoura	Arroz + feijoada (Linguiça, suíno, feijão preto). <b>Salada:</b> couve			
14h00 – 15h05	<i>Lanche da tarde</i>	Leite + biscoito maisena	Canjica			

OBS: O Cardápio poderá sofrer alterações somente dentro da semana vigente e em casos excepcionais.

**Observações:**

- O cardápio deve ficar exposto em local visível.

Samara Agda dos Santos  
Nutricionista CRN9 30644