

## Prefeitura Municipal de Guarulhos Secretaria de Educação Departamento de Alimentação e Suprimentos da Educação Divisão Técnica de Alimentação Escolar Seção Técnica de Nutrição

## **OUTUBRO DE 2021**

## Cardápio para Escolas Parceiras - CRECHE (de 4 a 12 meses)

LANCHE

SEXTA

1

NESTOGENO
BANANA
ARROZ
FEIJÃO CARIOCA
CARNE MOÍDA COM BATATA E
TOMATE

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	4	5	6	7	8
LANCHE	NESTOGENO	NESTOGENO	NESTOGENO	NESTOGENO	NESTOGENO
	BANANA	MAÇÃ	MAMÃO	BANANA	MANGA
	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	ARROZ
	FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO PRETO	FEIJÃO CARIOCA
REFEIÇÃO	CARNE EM TIRAS	CARNE DE PANELA COM ABÓBORA	OVO COZIDO	CARNE MOÍDA	ALMONDEGAS COM TOMATE
	SALADA DE BETERRABA		TOMATE	CENOURA	

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	11	12	13	14	15
LANCHE			NESTOGENO	NESTOGENO	
LANCHE		( Felios	MELÃO	MAÇÃ	
		. S U W 3 4	ARROZ	ARROZ	= feliz =
	PONTO FACULTATIVO	(Dia)	FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO CARIOCA	DIA
REFEIÇÃO		TO TOPS	PTS** COM MANDIOQUINHA	CARNE EM TIRAS COM CENOURA	HOPE
		CRIANCIO		SALADA DE CHUCHU	

	ESPECIAL SEMANA DA CRIANÇA				
				DIA NACIONAL DA ALIMENTAÇÃO NA ESCOLA	
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	18	19	20	21	22
LANCHE	NESTOGENO MAÇÃ	NESTOGENO BANANA	NESTOGENO SALADA DE FRUTAS	NESTOGENO BANANA COM AVEIA	NESTOGENO MAMÃO
REFEIÇÃO	ARROZ FEJIÃO PRETO CARNE EM TIRAS COM ABÓBORA	ARROZ LENTILHA COM CENOURA CARNE MOÍDA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE DESFIADA COM TOMATE	ARROZ INTEGRAL COM BRÓCOLIS FEIJÃO CARIOCA OVO MEXIDO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE DE PANELA COM BATATA TOMATE

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		25	26	27	28	29
	LANCHE	NESTOGENO	NESTOGENO	NESTOGENO	NESTOGENO	7
	L/ II TOTTE	MAÇÃ	BANANA	MELÃO	MAMÃO	28 de outubro Dia do Servidor Público
RE		ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ	And had also remain a secondar
		LENTILHA	FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO PRETO	FEIJÃO CARIOCA	Mais do que um dia festivo, 28 de outubro representa o orquiho
	REFEIÇÃO	BIFE DE PANELA	PTS** COM CENOURA	ovo	CARNE COZIDA	representa o orgulho de ser alguem incansável pela construção de uma cidade melhor.
		ACELGA REFOGADA		COUVE REFOGADA	BATATA COZIDA COM SALSA	
				TANGERINA		

16 DE OUTUBRO
DIA MUNDIAL DA
ALIMENTAÇÃO

Adequar a consistência dos alimentos de acordo com a idade (arroz papa, caldo de feijão, carnes desfiadas/moídas, legumes e frutas amassadas ou raspadas).

\*\* CASO A SUA ESCOLA NÃO TENHA PROTEÍNA TEXTURIZADA DE SOJA EM ESTOQUE, VOCÊ DEVERÁ UTILIZAR O CORTE DE CARNE DISPONÍVEL. A MANDIOQUINHA RECEBIDA EM 07/10, DEVE SER DESCASCADA, PICADA, CONGELADA E IDENTIFICADA COM A DATA DE MANIPULAÇÃO, PARA USO NO DIA 13/10.

ALUNOS EM PERÍODO INTEGRAL DEVEM RECEBER IOGURTE, LEITE FERMENTADO OU PETIT SUISSE APENAS 1 VEZ AO DIA.

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES



Denise R. C. R. Alves - Chefe de Seção Técnica de Nutrição - CRN-3:20.466 Marcia Maria Féria - Chefe de Divisão - CRN-3:5.801