

CARDÁPIO ALGODÃO DOCE CANOAS - OUTUBRO 2020

Segunda-feira 05/10	Terça-feira 06/10	Quarta-feira 07/10	Quinta-feira 08/10	Sexta-feira 09/10
	Lanche Manhã: Fruta	Lanche Manhã: Fruta	Lanche Manhã: Fruta	Lanche Manhã: Fruta
	Almoço: Arroz / Feijão Carne em cubos / Massa jardineira salada de repolho	Almoço: Arroz / Feijão Frango desfiado / Polenta mole salada de beterraba	Almoço: Arroz / Feijão Carne de panela / Aipim coz salada cenoura	Almoço: Arroz / Feijão Frango assado / due de legumes (cenoura+chuchu) salada tomate
	Lanche Tarde: Cookies de aveia e mel	Lanche Tarde: DIA DA FRUTA	Lanche Tarde: pão de queijo + vitamina banana	Lanche Tarde: Pizza caseira
	Pré Janta: Carreteiro	Pré Janta: Risoto	Pré Janta: Escondidinho de carne	Pré Janta: Massa com atum
Segunda-feira 12/10	Terça-feira 13/10	Quarta-feira 14/10	Quinta-feira 15/10	Sexta-feira 16/10
Lanche Manhã: Fruta	Lanche Manhã: Fruta	Lanche Manhã: Fruta	Lanche Manhã: Fruta	Lanche Manhã: Fruta
Almoço: Arroz / Lentilha Guisadinho á fazendinha (batata/cenoura/milho) salada beterraba	Almoço: Arroz / Feijão Frango em cubos / Purê de Moranga salada de repolho	Almoço: Arroz / Feijão Almondegas com molho / Massa salada de brócolis	Almoço: Arroz com galinha / feijão Bolinho de espinafre salada cenoura	Almoço: Arroz / Feijão Panqueca de cenoura (recheio carne) salada couve-flor
Lanche Tarde: Sanduiche de queijo + suco fruta	Lanche Tarde: Bolo integral de aveia + suco fruta	Lanche Tarde: DIA DA FRUTA	Lanche Tarde: Cookies de Aveia	Lanche Tarde: pão de queijo + suco
Pré Janta: Massa com guisadinho	Pré Janta: Arroz com galinha	Pré Janta: Carreteiro	Pré Janta: Massa com molho de frango	Pré Janta: Massa com guisadinho
Segunda-feira 19/10	Terça-feira 20/10	Quarta-feira 21/10	Quinta-feira 22/10	Sexta-feira 23/10
Lanche Manhã: Fruta	Lanche Manhã: Fruta	Lanche Manhã: Fruta	Lanche Manhã: Fruta	Lanche Manhã: Fruta
Almoço: Arroz / Lentilha Frango em cubos / Polenta salada de brócolis	Almoço: Arroz / Feijão Carne em cubos / Massa jardineira salada de beterraba	Almoço: Arroz / Feijão Coxinha da asa assada / Seleta de legumes (cenoura/batata/chucho) salada repolho	Almoço: Carreteiro de carne / Feijão Couve c/ farofa salada alface	Almoço: Arroz / Feijão Frango desfiado / Purê batata salada tomate
Lanche Tarde: Vitamina de banana + bolo simples	Lanche Tarde: Pão de queijo + suco fruta	Lanche Tarde: DIA DA FRUTA	Lanche Tarde: Cookies de Aveia	Lanche Tarde: Pizza caseira
Pré Janta: Risoto	Pré Janta: Carreteiro	Pré Janta: Massa com molho de frango	Pré Janta: Escondidinho de carne	Pré Janta: Risoto
Segunda-feira 26/10	Terça-feira 27/10	Quarta-feira 28/10	Quinta-feira 29/10	Sexta-feira 30/10
Lanche Manhã: Fruta	Lanche Manhã: Fruta	Lanche Manhã: Fruta	Lanche Manhã: Fruta	Lanche Manhã: Fruta
Almoço: Arroz / Lentilha Guisadinho á fazendinha (batata/cenoura/milho) salada alface	Almoço: Arroz / Feijão Bolinho de espinafre salada tomate	Almoço: Arroz / Feijão Carne de panela / batata no vapor salada couve flor	Almoço: Arroz / Feijão Lasanha frango salada brócolis	Almoço: Arroz / Feijão Almondegas com molho / massa salada cenoura
Lanche Tarde: Sanduiche de queijo + suco fruta	Lanche Tarde: Cookies de aveia e mel	Lanche Tarde: DIA DA FRUTA	Lanche Tarde: Bolo simples + suco	Lanche Tarde: pão de queijo + suco
Pré Janta: Massa com guisadinho	Pré Janta: Polenta com molho de frango	Pré Janta: Carreteiro	Pré Janta: Arroz com galinha	Pré Janta: Carreteiro

Francine Santos
CRN² 13883