



Município de São Miguel da Boa Vista - SC
Secretaria Municipal de Educação - Programa Nacional de Alimentação Escolar PNAE

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR ENSINO FUNDAMENTAL – OUTUBRO 2019

Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	01/10	02/10	03/10	04/10
	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Panqueca de carne moída e queijo ▪ Salada de vagem com tomate 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Suco de morango ▪ Pão de milho com doce de uva e nata 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Feijão ▪ Arroz ▪ Farofa de couve folha 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Iogurte ▪ Biscoito salgado ▪ Mamão
07/10	08/10	09/10	11/10	11/10
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bolo de fubá, leite de coco e coco ralado ▪ Vitamina de banana 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Carreiro com carne em cubos ▪ Salada de repolho com cenoura cozida e picada 	LANCHE SURPRESA!	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Lentilha ▪ Arroz colorido (milho, cenoura, tempero verde) ▪ Salada de brócolis e couve flor ▪ Abacaxi picado 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Melão ▪ Biscoito salgado ▪ LANCHE SURPRESA!
14/10	15/10	16/10	17/10	18/10
FESTA DA CRIANÇA	DIA DO PROFESSOR	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Suco de laranja com mamão ▪ Pão francês com requeijão 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Feijão ▪ Arroz ▪ Salada primavera (repolho branco, repolho roxo, cenoura ralada, maçã picada) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sagu de suco de uva ▪ Biscoito sortido
21/10	22/10	23/10	24/10	25/10
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Banana ▪ Manga ▪ Biscoito integral 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Macarrão ▪ Carne moída em molho ▪ Mix de folhas verdes com beterraba ralada crua 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Suco de abacaxi com maçã ▪ Bolacha caseira 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Feijão ▪ Arroz ▪ Frango com ervilha ▪ Salada de chuchu 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Torta de bolacha sabor baunilha ▪ Morango
28/10	29/10	30/10	31/10	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Melancia ▪ Biscoito maria 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mandioca ▪ Carne suína acebolada ▪ Salada de pepino com tomate 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Pão de queijo ▪ Chá gelado ▪ Uva 	DIA DA REFORMA	

O cardápio só poderá ser alterado mediante autorização da Nutricionista

• QUALQUER ALIMENTO E/OU PREPARAÇÃO SERVIDA FORA DO CARDÁPIO SERÁ DE RESPONSABILIDADE DO OFERTANTE.

Adriana Filimberti Motter
Nutricionista - CRN 10ª Região 1559
Especialista em Nutrição Humana
Especialista em Saúde Pública: Atenção Básica
Mestre em Nutrição