

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 29/09/25	TERÇA - 30/09/25	QUARTA - 01/10/25	QUINTA - 02/10/25	SEXTA - 03/10/25
Lanche da manhã	Fruta banana picada/ amassada	Fruta Manga rosa picada/amassada	Fruta Maça picada/ralada	Fruta mamão picado/amassado	Fruta abacate
Almoço	Polenta com molho de carne de frango Salada de tomate	Feijão preto Carne musculo refogado desfiado Arroz cozido Refogado Abobrinha picada simples	Arroz cozido Feijão preto Carne moída com extrato de tomate Batata inglesa cozida	Risoto de frango (arroz, frango, cheiro verde) salada de couve flor	Sopa frango(coxa/sobrecoxa)batata/ cenoura, cab anjo
Lanche da Tarde	Fruta abacate	Fruta banana picada/ amassada	Fruta mamão picado/amassado	Fruta Maça picada/ralada	Fruta Manga rosa picada/amassada
Jantar	Arroz Carreiroiro Feijão preto salada de couve flor	Sopa frango(coxa/sobrecoxa)batata/ cenoura/repolho	Polenta com molho de carne moída	Sopa feijão, legumes(batata/cenoura/chuch u)	Arroz cozido Feijão preto Batata inglesa cozida Salada de repolho Carne moída refogada

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 06/10/25	TERÇA - 07/10/25	QUARTA - 08/10/25	QUINTA - 09/10/25	SEXTA - 10/10/25
Lanche da manhã	Fruta Maça picada/ralada	Fruta abacate	Fruta mamão picado/amassado	Fruta banana picada/ amassada	Fruta Manga rosa picada/amassada
Almoço	Batata inglesa cozida Arroz cozido Carne frango coxa e sobrecoxa desfiado com extrato de tomate	Sopa frango(coxa/sobrecoxa)batata/ cenoura/repolho, cab anjo	Feijão preto Arroz cozido Salada de tomate Carne musculo refogado desfiado	Polenta com molho de carne de frango	Risoto de frango (arroz, frango, cheiro verde) Salada de repolho
Lanche da Tarde	Fruta Manga rosa picada/amassada	Fruta banana picada/ amassada	Fruta Maça picada/ralada	Fruta abacate	Fruta mamão picado/amassado
Jantar	Sopa feijão legumes(batata/repolho)muscul o, cab anjo	Arroz Carreiroiro Feijão preto Refogado de couve	Sopa frango(coxa/sobrecoxa)batata/ cenoura/repolho	Feijão preto Carne moída refogada Arroz cozido Salada de cenoura e tomate	Sopa frango(coxa/sobrecoxa)batata/ cenoura, cab anjo

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 13/10/25	TERÇA - 14/10/25	QUARTA - 15/10/25	QUINTA - 16/10/25	SEXTA - 17/10/25
Lanche da manhã	Fruta Maça picada/ralada	Fruta banana picada/ amassada	Fruta mamão picado/amassado	Fruta abacate	salada fruta 3 (banana/maça/mamão)
Almoço	Polenta com molho de carne moída	Arroz cozido Refogado Abobrinha picada simples Carne musculo refogado desfiado	Sopa feijão legumes(cenoura/chuchu) cab anjo	Risoto de frango (arroz, frango, cheiro verde) salada de brócolis	Arroz cozido Feijão preto Batata inglesa cozida Carne musculo refogado desfiado
Lanche da Tarde	Fruta mamão picado/amassado	Fruta banana picada/ amassada	Fruta Maça picada/ralada	Fruta abacate	Fruta morango picado/amassado
Jantar	Arroz cozido Feijão preto Batata inglesa cozida Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada	Sopa feijão, legumes(batata/couve) cab anjo	Salada de beterraba Arroz cozido Carne frango coxa e sobrecoxa desfiado com extrato de tomate	Sopa frango(coxa/sobrecoxa)batata/ cenoura, cab anjo	Polenta com molho de carne de frango

Observações: _____

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 20/10/25	TERÇA - 21/10/25	QUARTA - 22/10/25	QUINTA - 23/10/25	SEXTA - 24/10/25
Lanche da manhã	Fruta banana picada/ amassada	Fruta mamão picado/amassado	Fruta Manga rosa picada/amassada	Fruta Maça picada/ralada	Fruta abacate
Almoço	Batata inglesa cozida Carne móida com extrato de tomate Arroz cozido	Polenta com molho de carne de frango salada de couve flor	Arroz Carreiroiro Feijão preto Refogado de couve	Sopa feijão legumes(batata/chuchu) cab anjo	Risoto de frango (arroz, frango, cheiro verde)
Lanche da Tarde	Fruta Maça picada/ralada	Fruta abacate	Fruta banana picada/ amassada	salada fruta 3 (banana/maça/mamão)	Fruta mamão picado/amassado
Jantar	Sopa feijão legumes(batata/repolho)muscul o, cab anjo	Arroz cozido Feijão preto Carne frango coxa e sobrecoxa desfiado com extrato de tomate Batata inglesa cozida	Sopa frango(coxa/sobrecoxa)batata/ cenoura/repolho, cab anjo	Arroz cozido Salada de tomate Refogado de repolho Carne musculo refogado desfiado	Sopa feijão legumes(cenoura/chuchu) cab anjo

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 27/10/25	TERÇA - 28/10/25	QUARTA - 29/10/25	QUINTA - 30/10/25	SEXTA - 31/10/25
Lanche da manhã	Fruta banana picada/ amassada	Fruta Manga rosa picada/amassada	Fruta Maça picada/ralada	Fruta mamão picado/amassado	Fruta abacate
Almoço	Feijão preto Carne musculo refogado desfiado Arroz cozido Refogado Abobrinha picada simples	Sopa frango(coxa/sobrecoxa)batata/ cenoura, cab anjo	Arroz cozido Feijão preto Carne móida com extrato de tomate Batata inglesa cozida	Risoto de frango (arroz, frango, cheiro verde) salada de couve flor	Sopa feijão legumes(cenoura/chuchu) cab anjo
Lanche da Tarde	Fruta abacate	Fruta banana picada/ amassada	Fruta mamão picado/amassado	Fruta Maça picada/ralada	Fruta Manga rosa picada/amassada
Jantar	Sopa frango(coxa/sobrecoxa)batata/ cenoura/repolho	Arroz cozido Feijão preto Carne móida refogada	Polenta com molho de carne móida Salada de cenoura e tomate	Sopa feijão, legumes(batata/cenoura/chuch u)	Salada de beterraba Arroz cozido Carne frango coxa e sobrecoxa desfiado com extrato de tomate

Observações: _____