SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LENÇÓIS PAULISTA – COZINHA PILOTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO EMEI ÁUREA –OUTUBRO / 2025

	Entrada	Almoço	Lanche da tarde
01/10/25	Pão c/ margarina e suco	Arroz, feijão, carne com batatas, salada de alface. Mamão	Lanche c/ frios
02/10/25	Pão c/ margarina e leite com	Arroz, feijão, frango com legumes. Salada de acelga. Laranja	Lanche c/ requeijão
03/10/25	Pão c/ **requeijão** e suco	Arroz, feijão, purê de batatas, bife picado, salada de chicória.	Lanche c/ molho filé frango desf
06/10/25	Pão c/ margarina e suco	Arroz, feijão, ovos cozidos ou mexidos, salada de repolho	Lanche c/ pernil desf ao molho
07/10/25	Pão c/ **requeijão** e leite com	Arroz com cenoura, carne com batatas, salada de brócolis e abacate	Lanche c/ frios
08/10/25	Bolinho unitário e leite co	Arroz, filé de frango picado ao molho de tomate, purê de batatas, salada de alface e mamão	Lanche c/ molho filé frango desf
09/10/25	Bolinho unitário e leite co	Arroz, feijão, carne iscas picada c/ legumes, salada de tomate e maçã	Cachorro quente e suco
10/10/25	Pão c/ **requeijão** e suco	Arroz,feijão, frango tiras picadas e sld de cenoura c/ vagem cozida **(CONSELHO)**	Lanche c/ doce de leite
13/10/25	Pão c/ margarina e suco	Papa de arroz, feijão, ovos cozidos ou mexidos, salada de chuchu.	Lanche c/ margarina
14/10/25	Pão c/ margarina e leite com	Arroz, feijão, carne iscas picadas com legumes, salada de beterraba. Melão	Lanche c/ frios
15/10/25	**PONTO FACULTATIVO – Dia do professor**		
16/10/25	Pão c/ margarina e leite com	Arroz, feijão, bife picado, salada de alface. Mamão amassado	Lanche c/ molho filé frango desf
17/10/25	Pão c/ **requeijão** e suco	Arroz, feijão, carne com batatas, salada de alface.	Lanche c/molho de pernil desf
20/10/25	Pão c/ margarina e suco	Arroz, feijão, ovos cozidos ou mexidos, salada de repolho	Lanche c/ margarina
21/10/25	Pão c/ **requeijão** e leite com	Arroz, feijão, pernil com batatas, salada de beterraba. Laranja	Lanche c/ margarina
22/10/25	Pão c/ margarina e leite com	Arroz, feijão, carne cubos com cenoura e vagem, salada de acelga. Banana	Lanche c/ requeijão
23/10/25	Pão c/ margarina e leite com	Arroz, feijão, filézinho sassami picado refogado, salada de abobrinha. Pera	Lanche c/ molho filé frango desf
24/10/25	Pão c/ margarina e suco	Arroz, feijão, bife picado refogado, purê de mandioquinha, salada de alface.	Lanche c/ frios
27/10/25	**DIA DO FUNCIONÁRIO PÚBLICO**		
28/10/25	Pão c/ margarina e suco	Arroz, feijão, bife picado, salada de abobrinha. Laranja	Lanche c/ pernil desfiado
29/10/25	Pão c/ **requeijão** e leite com	Arroz, feijão, pernil ao molho de tomate, salada de alface. Mamão	Lanche c/ requeijão
30/10/25	Pão c/ margarina **e** e leite cor	Arroz, filé de frango picado ao molho de tomate, purê de batatas, salada de alface e maçã	Lanche c/ molho filé frango desf
31/10/25	Pão c/ **requeijão** e suco	Arroz, feijão, carne com batatas, salada de alface.	Lanche c/ margarina

***OBS:Cardápio sujeito a alterações da nutricionista RT. Desfiar as carnes e demais alimentos na consistência indicada.**

Os legumes que não forem ser usados até sexta-feira da semana da entrega, devem ser branqueados e congelados . OBS.: Cardápio sujeito a alterações pela nutricionista.

Ciente da obrigatoriedade em seguir o cardápio diariamente
Assinatura direção: _____

Graciane Ulian
Nutricionista RT – Alimentação Escolar
CRN 3 54489

GRACIANE ULIAN
NUTRICIONISTA
CRN 54.489

Helen Dias Martins
Nutricionista Alim. Escolar
CRN 3 78663

Helen Dias Martins
NUTRICIONISTA
CRN3 78663