



CARDÁPIO MENSAL - OUTUBRO.xlsx

UNIDADE: EMEB HERDEIROS DO FUTURO - FASES 2 E 3 [PARCIAL E INTEGRAL]

	2ª FEIRA 07/10/2024	3ª FEIRA 08/10/2024	4ª FEIRA 09/10/2024	5ª FEIRA 10/10/2024	6ª FEIRA 11/10/2024
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE INTEGRAL BISCOITO SALGADO	LEITE C/ BANANA E CACAU BISCOITO SALGADO	LEITE C/ CACAU S/ AÇÚCAR PÃO C/ MANTEIGA	LEITE INTEGRAL PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ BANANA E CACAU PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA MANHÃ	LANCHE DE CARNE MOÍDA SUCO DE UVA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ BATATA SALADA DE REPOLHO E TOMATE MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO STROGONOFF DE FRANGO FESTA DO HAVAÍ	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ ERVILHA SALADA DE ALFACE E CENOURA [3] BANANA NANICA	MACARRÃO PARAFUSO BOLONHESA LARANJA PERA
CAFÉ DA TARDE	LEITE C/ BANANA E CACAU BISCOITO SALGADO	LEITE C/ CACAU S/ AÇÚCAR BISCOITO SALGADO	LEITE INTEGRAL PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ BANANA E CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU S/ AÇÚCAR PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA TARDE	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ BATATA SALADA DE REPOLHO E TOMATE MAÇÃ FUJI/ GALA	LANCHE DE CARNE MOÍDA SUCO DE UVA	ARROZ E FEIJÃO STROGONOFF DE FRANGO FESTA DO HAVAÍ	MACARRÃO PARAFUSO BOLONHESA LARANJA PERA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ ERVILHA SALADA DE ALFACE E CENOURA [3] BANANA NANICA



CARDÁPIO MENSAL - OUTUBRO.xlsx

UNIDADE: EMEB HERDEIROS DO FUTURO - FASES 2 E 3 [PARCIAL E INTEGRAL]

	2ª FEIRA 14/10/2024	3ª FEIRA 15/10/2024	4ª FEIRA 16/10/2024	5ª FEIRA 17/10/2024	6ª FEIRA 18/10/2024
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE C/ CACAU S/ AÇÚCAR PÃO C/ MANTEIGA	LEITE INTEGRAL PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ BANANA E CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU S/ AÇÚCAR PÃO C/ MANTEIGA	LEITE INTEGRAL PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA MANHÃ	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ ERVILHA SALADA DE ACELGA E BETERRABA [3] SUCO DE UVA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ GRÃO-DE-BICO SALADA DE ALFACE E PEPINO BANANA NANICA	ARROZ E FEIJÃO STROGONOFF DE CARNE SALADA DE RÚCULA E CENOURA [3] MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ ABOBRINHA LARANJA PERA	ARROZ E FAROFINHA FEIJOADA SALADA DE COUVE E TOMATE ABACAXI
CAFÉ DA TARDE	LEITE INTEGRAL PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ BANANA E CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU S/ AÇÚCAR PÃO C/ MANTEIGA	LEITE INTEGRAL PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ BANANA E CACAU PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA TARDE	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ ERVILHA SALADA DE ACELGA E BETERRABA [3] SUCO DE UVA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ GRÃO-DE-BICO SALADA DE ALFACE E PEPINO BANANA NANICA	ARROZ E FEIJÃO STROGONOFF DE CARNE SALADA DE RÚCULA E CENOURA [3] MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ ABOBRINHA LARANJA PERA	ARROZ E FAROFINHA FEIJOADA SALADA DE COUVE E TOMATE ABACAXI



CARDÁPIO MENSAL - OUTUBRO.xlsx

UNIDADE: EMEB HERDEIROS DO FUTURO - FASES 2 E 3 [PARCIAL E INTEGRAL]

	2ª FEIRA 21/10/2024	3ª FEIRA 22/10/2024	4ª FEIRA 23/10/2024	5ª FEIRA 24/10/2024	6ª FEIRA 25/10/2024
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE C/ BANANA E CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU S/ AÇÚCAR PÃO C/ MANTEIGA	LEITE INTEGRAL PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ BANANA E CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU S/ AÇÚCAR PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA MANHÃ	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ BATATA DOCE SALADA DE REPOLHO ROXO E CENOURA [3] SUCO DE UVA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ PANACHÊ LARANJA PERA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ LENTILHA SALADA DE ALFACE E CENOURA [3] MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ CABOTIAN SALADA DE COUVE E TOMATE BANANA NANICA	ARROZ E FEIJÃO PRETO FAROFA DE BANANA SALADA DE RÚCULA E PEPINO MELANCIA
CAFÉ DA TARDE	LEITE C/ CACAU S/ AÇÚCAR PÃO C/ MANTEIGA	LEITE INTEGRAL PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ BANANA E CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU S/ AÇÚCAR PÃO C/ MANTEIGA	LEITE INTEGRAL PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA TARDE	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ BATATA DOCE SALADA DE REPOLHO ROXO E CENOURA [3] SUCO DE UVA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ PANACHÊ LARANJA PERA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ LENTILHA SALADA DE ALFACE E CENOURA [3] MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ CABOTIAN SALADA DE COUVE E TOMATE BANANA NANICA	ARROZ E FEIJÃO PRETO FAROFA DE BANANA SALADA DE RÚCULA E PEPINO MELANCIA



CARDÁPIO MENSAL - OUTUBRO.xlsx

UNIDADE: EMEB HERDEIROS DO FUTURO - FASES 2 E 3 [PARCIAL E INTEGRAL]

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
	28/10/2024	29/10/2024	30/10/2024	31/10/2024	01/11/2024
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE INTEGRAL PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ BANANA E CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU S/ AÇÚCAR PÃO C/ MANTEIGA	LEITE INTEGRAL PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ BANANA E CACAU PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA MANHÃ	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ COUVE-FLOR SALADA DE REPOLHO E BETERRABA [3] SUCO DE UVA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ VAGEM SALADA DE RÚCULA E TOMATE MELÃO	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ FEIJÃO BRANCO LARANJA PERA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ CHUCHU SALADA DE ALFACE E RABANETE BANANA NANICA	ARROZ E FEIJÃO PRETO FAROFA DE COUVE SALADA DE ESCAROLA E PEPINO MAÇÃ FUJI/ GALA
CAFÉ DA TARDE	LEITE C/ BANANA E CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU S/ AÇÚCAR PÃO C/ MANTEIGA	LEITE INTEGRAL PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ BANANA E CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU S/ AÇÚCAR PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA TARDE	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ COUVE-FLOR SALADA DE REPOLHO E BETERRABA [3] SUCO DE UVA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ VAGEM SALADA DE RÚCULA E TOMATE MELÃO	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ FEIJÃO BRANCO LARANJA PERA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ CHUCHU SALADA DE ALFACE E RABANETE BANANA NANICA	ARROZ E FEIJÃO PRETO FAROFA DE COUVE SALADA DE ESCAROLA E PEPINO MAÇÃ FUJI/ GALA



CARDÁPIO MENSAL - OUTUBRO.xlsx

UNIDADE: EMEB HERDEIROS DO FUTURO - FASES 4 E 5 [PARCIAL E INTEGRAL]

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
	07/10/2024	08/10/2024	09/10/2024	10/10/2024	11/10/2024
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE C/ CACAU BISCOITO	LEITE C/ CAFÉ BISCOITO	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA MANHÃ	LANCHE DE CARNE MOÍDA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ BATATA SALADA DE REPOLHO E TOMATE SUCO DE UVA MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO STROGONOFF DE FRANGO FESTA DO HAVAÍ	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ ERVILHA SALADA DE ALFACE E CENOURA [3] BANANA NANICA	MACARRÃO PARAFUSO BOLONHESA LARANJA PERA
CAFÉ DA TARDE	LEITE C/ CAFÉ BISCOITO	LEITE C/ CACAU BISCOITO	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA TARDE	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ BATATA SALADA DE REPOLHO E TOMATE MAÇÃ FUJI/ GALA	LANCHE DE CARNE MOÍDA SUCO DE UVA	ARROZ E FEIJÃO STROGONOFF DE FRANGO FESTA DO HAVAÍ	MACARRÃO PARAFUSO BOLONHESA LARANJA PERA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ ERVILHA SALADA DE ALFACE E CENOURA [3] BANANA NANICA



CARDÁPIO MENSAL - OUTUBRO.xlsx

UNIDADE: EMEB HERDEIROS DO FUTURO - FASES 4 E 5 [PARCIAL E INTEGRAL]

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
	14/10/2024	15/10/2024	16/10/2024	17/10/2024	18/10/2024
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	SUCO DE UVA PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA MANHÃ	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ ERVILHA SALADA DE ACELGA E BETERRABA [3] SUCO DE UVA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ GRÃO-DE-BICO SALADA DE ALFACE E PEPINO BANANA NANICA	ARROZ E FEIJÃO STROGONOFF DE CARNE SALADA DE RÚCULA E CENOURA [3] MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ ABOBRINHA LARANJA PERA	ARROZ E FAROFINHA FEIJOADA SALADA DE COUVE E TOMATE ABACAXI
CAFÉ DA TARDE	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MARGARINA	SUCO DE UVA PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA TARDE	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ ERVILHA SALADA DE ACELGA E BETERRABA [3] SUCO DE UVA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ GRÃO-DE-BICO SALADA DE ALFACE E PEPINO BANANA NANICA	ARROZ E FEIJÃO STROGONOFF DE CARNE SALADA DE RÚCULA E CENOURA [3] MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ ABOBRINHA LARANJA PERA	ARROZ E FAROFINHA FEIJOADA SALADA DE COUVE E TOMATE ABACAXI



CARDÁPIO MENSAL - OUTUBRO.xlsx

UNIDADE: EMEB HERDEIROS DO FUTURO - FASES 4 E 5 [PARCIAL E INTEGRAL]

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
	21/10/2024	22/10/2024	23/10/2024	24/10/2024	25/10/2024
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	SUCO DE UVA PÃO C/ MARGARINA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA MANHÃ	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ BATATA DOCE SALADA DE REPOLHO ROXO E CENOURA [3] SUCO DE UVA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ PANACHÊ LARANJA PERA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ LENTILHA SALADA DE ALFACE E CENOURA [3] MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ CABOTIAN SALADA DE COUVE E TOMATE BANANA NANICA	ARROZ E FEIJÃO PRETO FAROFA DE BANANA SALADA DE RÚCULA E PEPINO MELANCIA
CAFÉ DA TARDE	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	SUCO DE UVA PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA TARDE	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ BATATA DOCE SALADA DE REPOLHO ROXO E CENOURA [3] SUCO DE UVA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ PANACHÊ LARANJA PERA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ LENTILHA SALADA DE ALFACE E CENOURA [3] MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ CABOTIAN SALADA DE COUVE E TOMATE BANANA NANICA	ARROZ E FEIJÃO PRETO FAROFA DE BANANA SALADA DE RÚCULA E PEPINO MELANCIA



CARDÁPIO MENSAL - OUTUBRO.xlsx

UNIDADE: EMEB HERDEIROS DO FUTURO - FASES 4 E 5 [PARCIAL E INTEGRAL]

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
	28/10/2024	29/10/2024	30/10/2024	31/10/2024	01/11/2024
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	SUCO DE UVA PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA MANHÃ	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ COUVE-FLOR SALADA DE REPOLHO E BETERRABA [3] SUCO DE UVA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ VAGEM SALADA DE RÚCULA E TOMATE MELÃO	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ FEIJÃO BRANCO LARANJA PERA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ CHUCHU SALADA DE ALFACE E RABANETE BANANA NANICA	ARROZ E FEIJÃO PRETO FAROFA DE COUVE SALADA DE ESCAROLA E PEPINO MAÇÃ FUJI/ GALA
CAFÉ DA TARDE	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MARGARINA	SUCO DE UVA PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA TARDE	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ COUVE-FLOR SALADA DE REPOLHO E BETERRABA [3] SUCO DE UVA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ VAGEM SALADA DE RÚCULA E TOMATE MELÃO	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ FEIJÃO BRANCO LARANJA PERA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ CHUCHU SALADA DE ALFACE E RABANETE BANANA NANICA	ARROZ E FEIJÃO PRETO FAROFA DE COUVE SALADA DE ESCAROLA E PEPINO MAÇÃ FUJI/ GALA