

ESCOLA ESTADUAL MANOEL DOS SANTOS – OUTUBRO DE 2023

DATA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
02 a 06/10	ALMOÇO - 02/10 Salada de alface Carne moída Arroz Feijão	ALMOÇO - 03/10 Salada de tomate Carne suína Arroz Feijão Maçã	ALMOÇO - 04/10 Salada de alface Estrogonofe de frango Arroz Feijão Banana	ALMOÇO - 05/10 Salada de repolho Carne em pedaços Arroz Feijão Abacaxi	ALMOÇO - 06/10 Salada de tomate Polenta com peito de frango desfiado Arroz Feijão Melancia
	LANCHE DA TARDE - Torta salgada Suco	LANCHE DA TARDE - Arroz doce Banana	LANCHE DA TARDE - Biscoito de polvilho Suco	LANCHE DA TARDE - Bolo simples Suco	LANCHE DA TARDE - Bolacha Frapê de chocolate
09 a 13/10	ALMOÇO – 09/10 Salada de alface Carne moída Arroz Feijão	ALMOÇO – 10/10 Salada de tomate com brócolis Peito de frango em cubos Arroz Feijão Maçã	ALMOÇO – 11/10 Salada de alface com acelga Carne com batata e cenoura Arroz Feijão Abacaxi	ALMOÇO – 12/10 FERIADO	ALMOÇO – 13/10 PONTO FACULTATIVO
	LANCHE DA TARDE - Bolo simples Suco	LANCHE DA TARDE - Pão de leite com manteiga Suco	LANCHE DA TARDE - Pão doce Suco	LANCHE DA TARDE - -	LANCHE DA TARDE - -
16 a 20/10	ALMOÇO – 16/10 Salada de tomate Carne em pedaços Arroz Feijão	ALMOÇO – 17/10 Salada de alface Carne suína Arroz Feijão Maçã	ALMOÇO – 18/10 Salada de alface com couve Coxa e sobrecoxa em molho Arroz Feijão Banana	ALMOÇO – 19/10 Salada de acelga com cenoura ralada Estrogonofe de carne Arroz Feijão Abacaxi	ALMOÇO – 20/10 Salada de tomate com brócolis Carne moída Arroz Feijão Melancia

	LANCHE DA TARDE - Pão francês com presunto e queijo Suco	LANCHE DA TARDE - Bolo simples Suco	LANCHE DA TARDE - Canjica Maçã	LANCHE DA TARDE - Biscoito de polvilho Suco	LANCHE DA TARDE - Bolacha Bebida láctea
23 a 27/10	ALMOÇO – 23/10 Salada de alface Polenta com carne moída Arroz Feijão	ALMOÇO – 24/10 Salada de repolho Peito de frango em cubos Arroz Feijão Maçã	ALMOÇO – 25/10 Salada de tomate Carne com batata e cenoura Arroz Feijão Banana	ALMOÇO – 26/10 Salada de alface Linguiça toscana assada Arroz Feijão Abacaxi	ALMOÇO – 27/10 Salada de tomate Galinhada Feijão Melancia
	LANCHE DA TARDE - Bolo simples Suco	LANCHE DA TARDE – Pão de leite com requeijão Suco	LANCHE DA TARDE – Pão doce Suco	LANCHE DA TARDE – Torta salgada Suco	LANCHE DA TARDE – Biscoito de polvilho Suco
30 a 03/11	ALMOÇO – 30/10 Salada de alface Carne moída Arroz Feijão	ALMOÇO – 31/10 Salada de tomate Estrogonofe de frango Arroz Feijão Maçã	ALMOÇO – 01/11 Salada de repolho com cenoura ralada Carne em pedaços Arroz Feijão Banana	ALMOÇO – 02/11 Salada de alface com couve Carne suína Arroz Feijão Abacaxi	ALMOÇO – 03/11 Salada de tomate Coxa e sobrecoxa em molho Arroz Feijão Melancia
	LANCHE DA TARDE - Pão francês com carne moída Suco	LANCHE DA TARDE - Bolacha Frapê de chocolate	LANCHE DA TARDE - Arroz doce Maçã	LANCHE DA TARDE - Pão de leite com requeijão Suco	LANCHE DA TARDE - Bolo simples Suco