

CRECHE (1 a 3 anos) / (4 a 5 anos)					
2ª SEMANA OUTUBRO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	07/10/2024	08/10/2024	09/10/2024	10/10/2024	11/10/2024
CAFÉ DA MANHÃ HORÁRIO:	Chocolate Cremoso (leite em pó, achocolatado e amido de milho)	Leite Morno / Biscoito Rosca Coco	Suco de Goiaba / Pão com Ovo	Mingau de Tapioca com Aveia	Salada de Fruta (banana e melancia)
ALMOÇO HORÁRIO:	Frango ao Molho com Cheiro Verde / Arroz com Cenoura / Suco de Caju	Galinhada com Abóbora e Cheiro Verde / Feijão Carioca	Carne Cubos / Arroz Branco / Feijão Carioca / Beterraba Refogada / Fruta: Melancia	Isca de Frango ao Molho / Arroz com Macarrão / Feijão com Abóbora	Isca de Carne Trinchada / Arroz com Vagem / Feijão Carioca / Salada de Repolho com Tomate
LANCHE DA TARDE HORÁRIO:	Vitamina de Mamão com Aveia	Salada de Fruta (banana e laranja)	Suco Mix (polpa de acerola, beterraba e cenoura) / Bolo de Batata Doce	Salada de Fruta (laranja e melão)	Suco de Abacaxi / Biscoito Rosca
JANTAR HORÁRIO:	Macarronada de Carne Bovina com Cenoura / Suco de Goiaba	Carne Bovina / Arroz Branco / Purê de Batata / Fruta: Banana	Sopa de Frango (macarrão, frango, batata e abóbora)	Pão com Carne Bovina e Milho Verde / Suco de Goiaba	Macarronada com Carne Bovina e Milho Verde / Suco de Caju

CRECHE (1 a 3 anos) / (4 a 5 anos)

3ª SEMANA OUTUBRO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	14/10/2024	15/10/2024	16/10/2024	17/10/2024	18/10/2024
CAFÉ DA MANHÃ HORÁRIO:	Pão com Margarina / Suco de Caju	Chocolate Cremoso (leite em pó, achocolatado e amido de milho)	Mingau de Aveia	Suco de Abacaxi / Biscoito Maria	Vitamina de Mamão com Banana
ALMOÇO HORÁRIO:	Carne Bovina com Macaxeira e Cenoura / Arroz Branco / Suco de Abacaxi	Carne em Cubos / Arroz com Vinagreira / Feijão Preto / Fruta: Laranja	Frango ao Molho com Cheiro Verde, Batata e Cenoura / Arroz Branco / Suco de Abacaxi	Isca de Carne com Chuchu / Arroz com Açafrão / Fruta: Melancia	Cozido Maranhense (carne cubos, batata, abóbora e cheiro verde) / Arroz Branco
LANCHE DA TARDE HORÁRIO:	Biscoito Maizena Individual com Farinha Láctea / Suco de Goiaba	Salada de Fruta (melão e banana)	Suco de Acerola / Bolo de Cenoura	Salada de Fruta (laranja e melancia)	Mingau Misto (aveia em tapioca)
JANTAR HORÁRIO:	Sopa de Carne Bovina com Abóbora e Chuchu	Galinhada com Abóbora e Cheiro Verde / Fruta: Melancia	Macarronada com Carne Bovina e Milho Verde / Suco de Goiaba	Canja de Galinha (arroz, galinha, batata inglesa, cenoura e cheiro verde)	Baião de Dois / Mexido de Carne Bovina com Ovo e Ervilha / Suco de Acerola

CRECHE (1 a 3 anos) / (4 a 5 anos)

4ª SEMANA OUTUBRO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	21/10/2024	22/10/2024	23/10/2024	24/10/2024	25/10/2024
CAFÉ DA MANHÃ HORÁRIO:	Vitamina de Mamão com Aveia	Suco de Caju / Pão com Ovo	Suco de Acerola / Biscoito Cream Cracker	Pão com Margarina / Leite com Achocolatado	Salada de Fruta (banana e melão)
ALMOÇO HORÁRIO:	Carne Bovina Acebolada / Arroz de Macarrão / Beterraba Refogada / Suco de Acerola	Frango Acebolado / Arroz com Cenoura / Feijão Carioca / Salada: Alface com Tomate	Carne Cubos com Abóbora / Arroz com Repolho / Fruta: Melancia	Frango Desfiado com Cenoura Ralada / Arroz com Macarrão / Suco de Caju	Carne em Cubos / Arroz com Vinagreira / Feijão Preto / Fruta: Laranja
LANCHE DA TARDE HORÁRIO:	Chocolate Cremoso (leite em pó, achocolatado e amido de milho)	Suco Mix (polpa de acerola, beterraba e cenoura) / Bolo de Chocolate	Salada de Fruta (banana e mamão)	Vitamina de Banana / Biscoito Rosca Chocolate	Mingau de Tapioca com Aveia
JANTAR HORÁRIO:	Macarronada com Carne Bovina e Milho Verde / Suco de Goiaba	Sopa de Feijão (macarrão, carne bovina, vinagreira e cenoura)	Carne Bovina com Abóbora e Arroz Branco / Purê de Batata	Sopa de Macaxeira (macaxeira, carne bovina e cheiro verde)	Pão com Carne Bovina e Milho Verde / Suco de Abacaxi

CRECHE (1 a 3 anos) / (4 a 5 anos)

5ª SEMANA OUTUBRO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	28/10/2024	29/10/2024	30/10/2024	31/10/2024	01/11/2024
CAFÉ DA MANHÃ HORÁRIO:	Mingau Aveia com Tapioca	Leite Morno / Macaxeira	Suco de Acerola / Biscoito Rosca Chocolate	Vitamina de Banana com Aveia / Biscoito Cream Cracker	Pão com Requeijão / Suco de Caju
ALMOÇO HORÁRIO:	Carne ao Molho / Arroz Branco / Beterraba e Cenoura Refogada / Suco de Abacaxi	Frango Refogado / Arroz Branco / Purê de Abóbora / Fruta: Melancia	Carne Bovina com Cenoura / Arroz Branco / Feijão Branco com Quiabo	Frango em Cubos com Macaxeira e Cenoura / Arroz Branco	Carne Cubos / Arroz com Couve / Feijão Preto / Fruta: Laranja
LANCHE DA TARDE HORÁRIO:	Leite com Achocolatado / Torrada	Salada de Fruta (banana e laranja)	Suco de Acerola / Bolo Mesclado	Chocolate Cremoso (achocolatado, leite em pó e amido de milho)	Vitamina de Mamão / Biscoito Maizena
JANTAR HORÁRIO:	Sopa de Carne Bovina com Repolho e Cenoura	Macarronada com Carne Bovina e Milho Verde / Suco de Goiaba	Frango ao Molho com Cenoura / Arroz com Couve / Suco de Abacaxi	Sopa de Feijão (macarrão, feijão, carne bovina, abóbora, vinagreira)	Arroz com Ovo, Cenoura e Ervilha / Feijão Carioca

ENSINO FUNDAMENTAL / INFANTIL					
2ª SEMANA OUTUBRO	SEGUNDA 07/10/2024	TERÇA 08/10/2024	QUARTA 09/10/2024	QUINTA 10/10/2024	SEXTA 11/10/2024
DESJEJUM / LANCHE ADICIONAL	Chocolate Cremoso (leite em pó, achocolatado e amido de milho)	Leite Morno / Biscoito Rosca Coco	logurte de Fruta	Suco de Caju / Biscoito Cookies Integral	Salada de Fruta (banana e melancia)
LANCHE	Macarronada de Carne Bovina com Cenoura	Carne Bovina / Arroz Branco / Cheiro Verde / Fruta: Melancia	Cuscuz de Milho com Ovo / Leite com Achocolatado	Suco de Abacaxi / Bolo sem Recheio	Pão com Frango (milho verde, frango, cenoura, requeijão) / Suco de Goiaba
3ª SEMANA OUTUBRO	SEGUNDA 14/10/2024	TERÇA 15/10/2024	QUARTA 16/10/2024	QUINTA 17/10/2024	SEXTA 18/10/2024
DESJEJUM / LANCHE ADICIONAL	Chocolate Cremoso (leite em pó, achocolatado e amido de milho)	Pão com Margarina / Suco de Caju	Suco de Abacaxi / Biscoito Maria	Mingau de Aveia	Vitamina de Mamão com Banana
LANCHE	Sopa de Carne Bovina com Macarrão, Abóbora e Chuchu	Carne em Cubos / Feijão Preto / Arroz com Vinagreira	Frango ao Molho com Cheiro Verde, Batata e Cenoura / Arroz Branco	Biscoito Maisena com Farinha Láctea Individual / Suco de Goiaba	Mingau de Milho
4ª SEMANA OUTUBRO	SEGUNDA 21/10/2024	TERÇA 22/10/2024	QUARTA 23/10/2024	QUINTA 24/10/2024	SEXTA 25/10/2024
DESJEJUM / LANCHE ADICIONAL	Vitamina de Mamão com Aveia	Suco de Caju / Bolo sem Recheio	Suco de Acerola / Biscoito Cream Cracker	logurte de Fruta	Salada de Fruta (banana e melão)
LANCHE	Cuscuz de Milho com Margarina / Suco de Goiaba	Sopa de Feijão com Carne Bovina (macarrão, carne bovina, vinagreira e cenoura)	Carne Bovina com Abóbora / Arroz Branco / Fruta: Melancia	Frango Desfiado com Cenoura Ralada / Arroz com Macarrão	Pão com Carne Bovina e Milho Verde / Suco Mix (polpa de acerola, beterraba e cenoura)
5ª SEMANA OUTUBRO	SEGUNDA 28/10/2024	TERÇA 29/10/2024	QUARTA 30/10/2024	QUINTA 31/10/2024	SEXTA 01/11/2024
DESJEJUM / LANCHE ADICIONAL	Mingau de Tapioca com Coco	Leite Morno / Macaxeira	Suco de Acerola / Biscoito Rosca Chocolate	Vitamina de Banana com Aveia	Suco de Caju / Pão com Requeijão

LANCHE	Sopa de Carne Bovina (macarrão, repolho e cenoura)	Frango ao Molho / Arroz Branco / Purê de Abóbora	Carne Bovina / Arroz com Cenoura	Suco de Goiaba / Cuscuz com Margarina	Arroz com Ovo, Cenoura e Ervilha / Feijão Carioca
--------	--	---	-------------------------------------	--	--

CASA FAMILIAR RURAL

2ª SEMANA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	07/10/2024	08/10/2024	09/10/2024	10/10/2024	11/10/2024
CAFÉ DA MANHÃ HORÁRIO:	Café com Leite / Pão com requeijão	Suco de Abacaxi / Bolo de Milho	Cuscuz de Milho com Ovo / Leite com Achocolatado	Suco de Caju / Cookies Integral	Café com Leite / Beiju com Margarina
LANCHE DA MANHÃ HORÁRIO:	Chocolate Cremoso (leite em pó, achocolatado e amido de milho)	Vitamina de Banana com Aveia	Mingau de Aveia	Leite Morno / Bolo de Chocolate	Suco de Abacaxi / Bolo sem Recheio
ALMOÇO HORÁRIO:	Isca de Carne Acebolada com Cenoura e Chuchu / Arroz Branco / Feijão Carioca	Galinhada com Abóbora e Cheiro Verde / Feijão Carioca	Carne em Cubos / Feijão Preto / Arroz com Couve / Fruta: Laranja	Coxa e Sobrecoxa Assada / Arroz Branco / Feijão Carioca com Vinagreira	Bife Acebolado / Arroz com Ervilha / Macarrão com Alho e Óleo / Suco de Acerola
LANCHE DA TARDE HORÁRIO:	Mingau de Tapioca com Coco	Leite Morno / Biscoito Rosca Coco	logurte de Fruta	Pão com Carne Bovina e Milho Verde / Suco de Goiaba	Salada de Fruta (banana e melancia)
JANTAR HORÁRIO:	Macarronada com Carne Bovina com Cenoura	Arroz Maria Isabel com Vinagreira / Feijão Carioca	Sopa de Frango (macarrão, frango, repolho e cenoura)	Carne Bovina ao Molho com Batata, Abóbora e Cheiro Verde / Arroz Branco	Frango Ensopado com Macaxeira e Vinagreira / Arroz com Cenoura
CEIA HORÁRIO:	Leite Morno	Mamão	Suco de Goiaba	Achocolatado	Leite Morno

CASA FAMILIAR RURAL

3ª SEMANA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	14/10/2024	15/10/2024	16/10/2024	17/10/2024	18/10/2024
CAFÉ DA MANHÃ HORÁRIO:	Leite Morno / Cuscuz de Arroz com Margarina	Leite com Achocolatado / Pão com Requeijão	Café com Leite / Bolo de Tapioca	Leite com Achocolatado / Cuscuz de Milho com Ovo	Café com Leite / Beiju com Margarina
LANCHE DA MANHÃ HORÁRIO:	Suco de Goiaba / Batata Doce	Salada de Fruta (banana, mamão e melão)	Mingau de Milho Branco	Biscoito Maisena Individual com Farinha Láctea / Suco de Goiaba	Vitamina de Mamão com Banana
ALMOÇO HORÁRIO:	Coxa e Sobrecoxa Assada / Arroz com Cenoura / Feijão Carioca / Macarrão Alho e Óleo	Assado de Panela / Arroz Branco / Purê Misto (batata, abóbora)	Frango ao Molho com Cheiro Verde, Batata, Cenoura / Arroz Branco	Isclas de Carne / Arroz com Açafrão / Feijão Carioca / Salada - Alface e Tomate	Torta de Frango com Abóbora e Batata / Arroz Branco / Feijão Carioca / Salada - Pepino e Repolho
LANCHE DA TARDE HORÁRIO:	Pão com Margarina / Suco de Caju	Chocolate Cremoso (leite em pó, achocolatado, e amido de milho)	Suco de Abacaxi / Biscoito Maria	Pão com Frango, Milho Verde, Cenoura e Requeijão / Suco de Caju	Mingau de Milho
JANTAR HORÁRIO:	Sopa de Carne Bovina com Abóbora e Chuchu	Carne em Cubos / Arroz com Vinagreira / Feijão Preto	Galinhada (frango, arroz, cheiro verde) / Feijão Carioca	Arroz Primavera (ovo, ervilha, cenoura)	Macarronada com Carne Bovina com Ervilha
CEIA HORÁRIO:	Leite com Achocolatado	Leite Morno	Laranja	Mingau de Aveia	Leite com Achocolatado



CASA FAMILIAR RURAL

4ª SEMANA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	21/10/2024	22/10/2024	23/10/2024	24/10/2024	25/10/2024
CAFÉ DA MANHÃ HORÁRIO:	Café com Leite / Beiju com Margarina	Leite com Achocolatado / Cuscuz com Ovo	Suco de Abacaxi / Bolo de Cenoura	Café com Leite / Pão com Requeijão	Leite com Achocolatado / Biscoito Maria
LANCHE DA MANHÃ HORÁRIO:	Vitamina de Mamão com Aveia	Suco Mix (polpa acerola, beterraba, cenoura) / Biscoito Cream Cracker	Mingau de Milho Branco	Vitamina de Abacate	Salada de Fruta (banana e melão)
ALMOÇO HORÁRIO:	Bife ao Molho / Arroz Branco / Feijão Carioca / Beterraba Refogada com Cheiro Verde	Isclas de Frango Acebolada / Arroz de Abóbora / Feijão Preto / Suco de Acerola	Carne Bovina com Abóbora / Arroz Branco / Fruta: Melancia	Bife ao Molho / Arroz Branco / Feijão Carioca / Cenoura e Vagem	Isclas de Carne Acebolada / Arroz com Abóbora / Purê de Batata / Suco de Goiaba
LANCHE DA TARDE HORÁRIO:	Cuscuz de Milho com Margarina / Suco de Goiaba	Suco de Caju / Bolo sem Recheio	Suco de Acerola / Biscoito Cream Cracker	logurte de Fruta	Pão com Carne Bovina e Milho Verde / Suco de Abacaxi
JANTAR HORÁRIO:	Frango em Cubos ao Molho com Macaxeira e Abóbora / Arroz com Açafrão	Sopa de Feijão com Carne Bovina, Macarrão, Vinagreira e Cenoura	Carne em Cubos / Feijão Preto / Arroz com Couve	Frango Desfiado com Cenoura Ralada / Arroz com Macarrão	Carne Bovina Molho com Batata / Baião de Dois / Salada - Alface, Tomate
CEIA HORÁRIO:	Achocolatado	Mamão	Laranja	Leite Morno	Mingau de Aveia

## CASA FAMILIAR RURAL

5ª SEMANA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	28/10/2024	29/10/2024	30/10/2024	31/10/2024	01/10/2024
CAFÉ DA MANHÃ HORÁRIO:	Café com Leite / Cuscuz de Milho com Carne Bovina	Suco de Goiaba / Pão com Requeijão	Achocolatado / Beiju com Margarina	Leite Morno / Bolo de Milho	Café com Leite / Cuscuz de Arroz com Ovo
LANCHE DA MANHÃ HORÁRIO:	Achocolatado / Biscoito Cream Cracker	Leite Morno / Macaxeira	Vitamina de Abacate	Suco de Goiaba / Cuscuz com Margarina	Suco de Acerola / Biscoito Rosca Leite
ALMOÇO HORÁRIO:	Coxa e Sobrecoxa Assada / Arroz Branco / Feijão Carioca / Macarrão Alho e Óleo	Torta de Carne Bovina (cheiro verde, cenoura) / Arroz de Vinagreira / Feijão Carioca / Suco de Abacaxi	Frango em Cubos ao Molho e Cheiro Verde / Arroz com Açafrão	Isclas de Carne Acebolada / Arroz com Abóbora / Salada - Alface, Tomate / Suco de Caju	Assado de Panela / Arroz Branco / Salada - Beterraba Refogada
LANCHE DA TARDE HORÁRIO:	Mingau de Tapioca com Coco	Salada de Fruta (banana, laranja e melão)	Suco de Acerola / Biscoito Rosca Chocolate	Vitamina de Banana com Aveia	Pão com Requeijão / Suco de Caju
JANTAR HORÁRIO:	Sopa de Carne Bovina com Repolho e Cenoura	Frango Refogado / Arroz Branco / Purê de Abóbora	Carne Bovina / Arroz Branco / Cenoura Refogada	Macarronada com Carne Bovina com Ervilha	Arroz com Ovo, Cenoura e Ervilha / Feijão Carioca
CEIA HORÁRIO:	Leite Morno	Melão	Mingau de Aveia	Suco de Goiaba	Achocolatado

<b>EDUCAÇÃO JOVENS E ADULTOS - LANCHE</b>					
<b>2</b> SEMANA LINHO	<b>SEGUNDA</b> 07/10/2024	<b>TERÇA</b> 08/10/2024	<b>QUARTA</b> 09/10/2024	<b>QUINTA</b> 10/10/2024	<b>SEXTA</b> 11/10/2024
LANCHE	Macarronada de Carne Bovina com Cenoura	Galinhada com Abóbora e Cheiro Verde / Feijão Carioca	Cuscuz de Milho com Ovo / Café com Leite	Suco de Abacaxi / Bolo sem Recheio	Pão com Carne Bovina e Milho Verde / Suco de Goiaba
<b>3</b> SEMANA LINHO	<b>SEGUNDA</b> 14/10/2024	<b>TERÇA</b> 15/10/2024	<b>QUARTA</b> 16/10/2024	<b>QUINTA</b> 17/10/2024	<b>SEXTA</b> 18/10/2024
LANCHE	Sopa de Carne Bovina com Macarrão, Abóbora e Chuchu	Carne em Cubos / Arroz com Vinagreira / Feijão Preto	Frango ao Molho com Cheiro Verde, Batata e Cenoura / Arroz Branco	Biscoito Maizena com Farinha Láctea Individual / Suco de Goiaba	Mingau de Milho
<b>4</b> SEMANA LINHO	<b>SEGUNDA</b> 21/10/2024	<b>TERÇA</b> 22/10/2024	<b>QUARTA</b> 23/10/2024	<b>QUINTA</b> 24/10/2024	<b>SEXTA</b> 25/10/2024
LANCHE	Cuscuz de Milho com Margarina / Café com Leite	Sopa de Feijão com Carne Bovina (macarrão, carne bovina, vinagreira e cenoura)	Carne Bovina com Abóbora / Arroz Branco / Fruta: Melancia	Frango Desfiado com Cenoura Ralada / Arroz com Macarrão	Pão com Carne Bovina e Milho Verde / Suco de Abacaxi
<b>5</b> SEMANA LINHO	<b>SEGUNDA</b> 28/10/2024	<b>TERÇA</b> 29/10/2024	<b>QUARTA</b> 30/10/2024	<b>QUINTA</b> 31/10/2024	<b>SEXTA</b> 01/11/2024
LANCHE	Sopa de Carne Bovina com Macarrão, Repolho e Cenoura	Frango Refogado / Arroz Branco / Purê de Abóbora	Carne Bovina / Arroz Branco / Cenoura	Suco de Goiaba / Cuscuz com Margarina	Arroz com Ovo, Cenoura e Ervilha / Feijão Carioca