

# Município de Catanduvas

CNPJ: 76.208.842/0001-03



## CARDÁPIO ESCOLAS FUNDAMENTAIS – OUTUBRO, 2020

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
			1	2
			Macarrão com carne moída e legumes ou salada	Chá ou suco com bolachas e fruta
5	6	7	8	9
Quirerinha com frango e legumes	Sopa de legumes com frango	Risoto de frango com legumes	Polenta com carne moída	Macarrão com frango em molho
12	13	14	15	16
Feriado	Polenta com carne moída e legumes ou salada	Farofa com legumes e carne moída + chá	Feriado	Arroz, feijão, carne, salada, fruta
19	20	21	22	23
Polenta com frango	Quirera (canjiquinha) com frango e legumes	Macarrão com frango em molho	Mandioca/ batata com carne ao molho e legumes ou salada	Risoto de frango com salada e fruta
26	27	28	29	30
Macarronada com legumes ou salada	Sopa de legumes	Quirera (canjiquinha) com carne de porco e legumes	Polenta com frango e salada ou legumes	Viradinho de feijão com chá e fruta

\*A alimentação Escolar será adaptada e convertida em Kits merenda a serem destinados aos alunos conforme leis e resoluções COVID-19.

### Média dos Nutrientes das Refeições/Lanches

	Kcal	Carboidratos	Proteínas	Gorduras
1 porção (~200 g)	300	42,5	10	10