




## Cardápio do mês de OUTUBRO - CIR/PDF

 Domingo 06/10	Segunda 07/10	Terça 08/10	Quarta 09/10	Quinta 10/10	Sexta 11/10	Sábado 12/10	
<b>DESJEJUM</b>							
<b>Pão</b>	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina
<b>Bebida</b>	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP
<b>ALMOÇO</b>							
<b>Prato principal</b>	Feijoada (Paleta suína, Calabresa, Carne suína e Pé suíno)	Carne refogada com ervas (Fraldinha moída)	Feijoada (Paleta suína, Calabresa, Carne suína e Pé suíno)	Almôndega de Frango ao molho de açafrão	Tirinhas de Frango empanadas	Feijoada (Paleta suína, Calabresa, Carne suína e Pé suíno)	Empanado de Frango assado
<b>Guarnição</b>	Cuscuz temperado	Seleta de Beterraba com Cenoura e Cará	Cuscuz temperado	Polenta cremosa com Milho	Purê de Batata doce com Cenoura e Mandioca	Cuscuz temperado	Purê de Cenoura com Abóbora e Batata inglesa
<b>Acompanhamento</b>	Arroz Branco	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Arroz Branco	Arroz Branco e Feijão de caldo	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Arroz Branco	Arroz Branco e Feijão de Caldo
<b>Bebida</b>	Suco TP	Suco TP	Suco TP	Suco TP	Suco TP	Suco TP	Suco TP
<b>JANTAR</b>							
<b>Prato principal</b>	Tirinhas de Frango empanadas	Bolinho de Peixe ao molho	Cozido misto de Carne (Fraldinha moída) com Calabresa	Carne cozida (Fraldinha moída)	Carne ao molho de tomate (Fraldinha moída)	Almôndega bovina assada	Carne refogada com Pimentão (Fraldinha moída)
<b>Guarnição</b>	Purê de Batata doce com Batata inglesa	Polenta cremosa com Vagem	Chuchu com Cenoura e Quiabo cozidos	Purê de Abóbora com Batata inglesa e Batata doce	Seleta de legumes	Chuchu com Batata doce e Beterrabada cozidos	Macarrão ao sugo com Cenoura
<b>Acompanhamento</b>	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Arroz Branco e Feijão de caldo	Arroz Branco e Feijão de caldo	Arroz Branco e Feijão de caldo	Arroz Branco e Feijão de Caldo
<b>CEIA</b>							
<b>CEIA</b>	Pão de Beterraba CIR – Mamão PDF – Banana ou Goiaba, etc.	Pão de Milho CIR – Banana ou Goiaba, etc. PDF – Melão	Pão com frios CIR – Mamão PDF – Banana ou Goiaba, etc.	Pão de Batata CIR – Banana ou Goiaba, etc. PDF – Mamão	Pão de Batata doce CIR – Melão PDF – Banana ou Goiaba, etc.	Pão de Cenoura CIR – Banana ou Goiaba, etc. PDF – Banana ou Goiaba, etc.	Pão com frios CIR – Banana ou Goiaba, etc. PDF – Mamão


## Cardápio do mês de OUTUBRO - CIR/PDF

 GRAN NUTRIZ <small>TRABALHO EM PARCELA COM O SEU BEM-ESTAR</small>	<b>Domingo</b> 13/10	<b>Segunda</b> 14/10	<b>Terça</b> 15/10	<b>Quarta</b> 16/10	<b>Quinta</b> 17/10	<b>Sexta</b> 18/10	<b>Sábado</b> 19/10
<b>DESJEJUM</b>							
<b>Pão</b>	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina
<b>Bebida</b>	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP
<b>ALMOÇO</b>							
<b>Prato principal</b>	Feijoada (Paleta suína, Calabresa, Carne suína e Pé suíno)	Carne ao molho escuro (Fraldinha moída)	Feijoada (Paleta suína, Calabresa, Carne suína e Pé suíno)	Tirinhas de Frango empanadas	Cozido misto de Carne (Fraldinha moída) com Calabresa	Feijoada (Paleta suína, Calabresa, Carne suína e Pé suíno)	Empanado de Frango assada
<b>Guarnição</b>	Cuscuz temperado	Beterraba com Chuchu e Cará cozidos	Cuscuz temperado	Purê de Cenoura com Batata inglesa e Abóbora	Seleta de Chuchu com Cenoura e Quiabo	Cuscuz temperado	Polenta cremosa com Vagem
<b>Acompanhamento</b>	Arroz Branco	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Arroz Branco	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Arroz Branco	Arroz Branco e Feijão de Caldo
<b>Bebida</b>	Suco TP	Suco TP	Suco TP	Suco TP	Suco TP	Suco TP	Suco TP
<b>JANTAR</b>							
<b>Prato principal</b>	Tirinhas de Frango empanadas	Almôndega de Frango ao molho com Pimentão	Almôndega bovina assada com ervas	Carne refogada (Fraldinha moída)	Bolinho de Peixe ao molho de Pimentão	Carne ao molho de ervas finas (Fraldinha moída)	Carne ao molho (Fraldinha moída)
<b>Guarnição</b>	Polenta cremosa	Quibebe de Abóbora com Cenoura	Batata doce com Batata inglesa e Cenoura	Beterraba com Batata doce e Mandioca cozidas	Polenta cremosa	Batata doce, Batata inglesa e Cenoura	Macarrão ao sugo com Cenoura e Milho
<b>Acompanhamento</b>	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Arroz Branco e Feijão de caldo	Arroz Branco e Feijão de caldo	Arroz Branco e Feijão de caldo	Arroz Branco e Feijão de caldo
<b>CEIA</b>							
<b>CEIA</b>	Pão de Beterraba CIR – Mamão PDF – Banana ou Goiaba, etc.	Pão de Milho CIR – Banana ou Goiaba, etc. PDF – Banana ou Goiaba, etc.	Pão com frios CIR – Melão PDF – Banana ou Goiaba, etc.	Pão de Batata CIR – Banana ou Goiaba, etc. PDF – Mamão	Pão de Batata doce CIR – Mamão PDF – Banana ou Goiaba, etc.	Pão de Cenoura CIR – Banana ou Goiaba, etc. PDF – Melão	Pão com frios CIR – Banana ou Goiaba, etc. PDF – Mamão

## Cardápio do mês de OUTUBRO - CIR/PDF

 GRAN NUTRIZ <small>TRABALHO EM PARCERIA COM O GOVERNO</small>	<b>Domingo</b> 20/10	<b>Segunda</b> 21/10	<b>Terça</b> 22/10	<b>Quarta</b> 23/10	<b>Quinta</b> 24/10	<b>Sexta</b> 25/10	<b>Sábado</b> 26/10
<b>DESJEJUM</b>							
<b>Pão</b>	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina
<b>Bebida</b>	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP
<b>ALMOÇO</b>							
<b>Prato principal</b>	Feijoada (Paleta suína, Calabresa, Carne suína e Pé suíno)	Carne ao molho de tomate (Fraldinha moída)	Feijoada (Paleta suína, Calabresa, Carne suína e Pé suíno)	Carne cozida (Fraldinha moída)	Tirinhas de Frango empanadas	Feijoada (Paleta suína, Calabresa, Carne suína e Pé suíno)	Empanado de Frango assado
<b>Guarnição</b>	Cuscuz temperado	Batata doce com Batata inglesa e Chuchu cozidos	Cuscuz temperado	Beterraba com Chuchu e Vagem cozidos	Purê misto de Abóbora com Batata doce e Batata inglesa	Cuscuz temperado	Polenta cremosa
<b>Acompanhamento</b>	Arroz Branco	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Arroz Branco	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Arroz Branco	Arroz Branco e Feijão de Caldo
<b>Bebida</b>	Suco TP	Suco TP	Suco TP	Suco TP	Suco TP	Suco TP	Suco TP
<b>JANTAR</b>							
<b>Prato principal</b>	Tirinhas de Frango empanadas	Bolinho de Peixe ao molho de Pimentão	Almôndega bovina assada	Almôndega de Frango ao molho	Carne ao molho escuro (Fraldinha moída)	Cozido misto de Carne (Fraldinha moída) com Calabresa	Carne ao molho escuro (Fraldinha moída)
<b>Guarnição</b>	Quibebe de Abóbora com Cenoura	Polenta cremosa com Quiabo	Purê de Cenoura com Cará e Batata inglesa	Polenta cremosa	Chuchu com Cenoura e Milho refogados	Macarrão ao sugo com Cenoura	Batata doce com Beterraba e Mandioca cozidos
<b>Acompanhamento</b>	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Arroz Branco e Feijão de Caldo
<b>CEIA</b>							
<b>CEIA</b>	Pão de Beterraba CIR – Mamão PDF – Banana ou Goiaba, etc.	Pão de Milho CIR – Banana ou Goiaba, etc. PDF – Mamão	Pão com frios CIR – Melão PDF – Banana ou Goiaba, etc.	Pão de Batata CIR – Banana ou Goiaba, etc. PDF – Banana ou Goiaba, etc.	Pão de Batata doce CIR – Mamão PDF – Banana ou Goiaba, etc.	Pão de Cenoura CIR – Banana ou Goiaba, etc. PDF – Mamão	Pão com frios CIR – Banana ou Goiaba, etc. PDF – Melão

## Cardápio do mês de OUTUBRO – CIR/PDF

 GRAN NUTRIZ <small>TRABALHO EM PARCERIA COM O GOVERNO</small>	<b>Domingo</b> 27/10	<b>Segunda</b> 28/10	<b>Terça</b> 29/10	<b>Quarta</b> 30/10	<b>Quinta</b> 31/10	<b>Sexta</b> 01/11	<b>Sábado</b> 02/11
<b>DESJEJUM</b>							
<b>Pão</b>	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina	Pão careca com margarina
<b>Bebida</b>	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP	Achocolatado TP
<b>ALMOÇO</b>							
<b>Prato principal</b>	Feijoada (Paleta suína, Calabresa, Carne suína e Pé suíno)	Cozido misto de Carne (Fraldinha moída) com Calabresa	Feijoada (Paleta suína, Calabresa, Carne suína e Pé suíno)	Carne ao molho de ervas (Fraldinha moída)	Tirinhas de Frango empanadas	Feijoada (Paleta suína, Calabresa, Carne suína e Pé suíno)	Empanado de Frango assado
<b>Guarnição</b>	Cuscuz temperado	Beterraba com Chuchu e Vagem	Polenta cremosa com Quiabo	Seleta de Cenoura com Chuchu e Batata inglesa	Polenta cremosa	Cuscuz temperado	Quibebe de Abóbora, Cenoura e Cará
<b>Acompanhamento</b>	Arroz Branco	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Arroz Branco	Arroz Branco e Feijão de caldo	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Arroz Branco	Arroz Cozido e Feijão de Caldo
<b>Bebida</b>	Suco TP	Suco TP	Suco TP	Suco TP	Suco TP	Suco TP	Suco TP
<b>JANTAR</b>							
<b>Prato principal</b>	Tirinhas de Frango empanadas	Bolinho de Peixe ao molho	Carne ao molho de tomate (Fraldinha moída)	Almôndega de Frango ao molho	Carne ao molho de Pimentão (Fraldinha moída)	Almôndega bovina assada	Carne ao molho (Fraldinha moída)
<b>Guarnição</b>	Purê de Cenoura com Batata doce	Batata doce com Batata inglesa Abóbora	Cuscuz temperado	Purê de Batata doce, abóbora e Mandioca	Beterraba com Batata doce cozidas	Polenta cremosa com Milho	Macarrão ao sugo com Cenoura
<b>Acompanhamento</b>	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Arroz Branco e Feijão de caldo	Arroz Branco e Feijão de caldo	Arroz Branco e Feijão de caldo	Arroz Branco e Feijão de caldo
<b>CEIA</b>							
<b>CEIA</b>	Pão de Beterraba CIR – Banana ou Goiaba, etc. PDF – Banana ou Goiaba, etc.	Pão de Milho CIR – Mamão PDF – Banana ou Goiaba, etc.	Pão com frios CIR – Banana ou Goiaba, etc. PDF – Melão	Pão de Batata CIR – Banana ou Goiaba, etc. PDF – Mamão	Pão de Batata doce CIR – Melão PDF – Banana ou Goiaba, etc.	Pão de Cenoura CIR – Mamão PDF – Banana ou Goiaba, etc.	Pão com frios CIR – Banana ou Goiaba, etc. PDF – Mamão