ALMOCO CENTRO PEDAGOGICO – NOVEMBRO DE 2025

	LANCHE MANHÃ		SALADA		ACOMPANHAMENTO		PRATO PRINCIPAL	VEGETARIANO	GUARNIÇÃO	LANCHE DA TARDE
01 - SAB										
02 - DOM										
03 - SEG	PAO Doce C/ MANTEIGA	ACHOCOLATADO	Acelga com Abacaxi	Pepino ao Vinagrete	Arroz Branco	Feijão Carioca	Carne Caipira	Cassoulet Vegetariano	Angu com Quiabo	Abacaxi
04 - TER	BISCOITO MAIZENA	Suco de Goiaba	Alface com Agrião	Tomate	Arroz Branco	Feijão Carioca	Frango Xadrez	Bife de Milho	Abobrinha à Napolitana	Mamão
05 - QUA	PAO DOCE	Suco de Caju	Acelga com Beterraba Ralada	Beterraba Cozida	Arroz Branco	Feijão Carioca	Bife de Panela	Ratatule	Chuchu Tropeiro	Melancia
06 - QUIN	PAO FRANCES C/ QUEIJO	Cafe com Leite	Alface com Alface Roxa	Tomate	Arroz Branco	Feijão Carioca	Strogonoff de Frango	Quibe de Cenoura	Batata Chips	Banana Nanica
07 - SEX	Bolo de Coco	SUCO DE ABACAXI	Acelga	Legumes	Arroz Branco	Feijão carioca	Escondidinho de Carne	Hambúrguer de grão de bico	Repolho Oriental	Melão
08 - SAB										
09-DOM										
10 - SEG	PAO Sal C/ MANTEIGA	Queimadinha	Alface Crespa	Tabule	Arroz Branco	Feijão preto	Carne Cozida com Legumes	Torta Colorida	Farofa com Frutas	Melancia
11 - TER	BISCOITO DE POLVILHO	Vitamina de banana	Almeirão	Berinjela com Orégano	Arroz Branco	Feijão Carioca	Asa de Frango Assada	Bolinho de Grão de Bico	Parafuso com Brócolis	Banana Nanica
12 - QUA	Pipoca kg	SUCO DE UVA	Alface com Agrião	Salpicão de Legumes	Arroz Branco	Feijão Carioca	Bife de Porco à Milanesa	Cuscuz de legumes com coentro	Purê de Batata	Melão
13 - QUI	PAO C/ QUEIJO	Café com Leite	Alface Crespa	Salada de Tomate	Arroz Branco	Feijão Carioca	Fricassê de Frango	Quibe Assado com lentilha G	Legumes ao alho e Óleo	Maçã
14 - SEX	Bolo de Chocolate	Suco de maracuja	Tomate	Pepino ao Vinagrete	Arroz Branco	Feijão Tropeiro	Carne Assada	Soja Refogada com Legumes	Couve Refogada	Abacaxi
15 - SAB										
16 - DOM										
17 - SEG	PAO DOCE UN	**Chá e Café**	Alface Crespa	Tomate Rodela	Arroz Branco	Feijão Carioca	Bife de Panela	Bolinho de Soja	Virado de Cenoura	Melancia
18 - TER	BISCOITO MAIZENA	Vit Abacate	Almeirão com Repolho Roxo	Cenoura com Brócolis	Arroz Branco	Feijão Carioca	Frango Assado ao molho	Bife de Milho	Polenta ao Sugo	Maçã
19 - QUA	PAO Sal C/ MANTEIGA	Chocolate	Alface com Rúcula	Salada de Tomate	Arroz Branco	Feijão Carioca	Strogonoff de Carne	Hambúrguer de grão de bico	Batata ao Forno	Abacaxi
20 - QUI										
21 - SEX										
22 - SAB										
23 - DOM										
24 - SEG	PAO Sal C/ MANTEIGA	ACHOCOLATADO	Salada de Alface	Pepino com Couve-flor	Arroz Branco	Feijão Carioca	Carne Moída à Jardineira	Bolinho de Grão de Bico	Angu com Quiabo	Melão
25 - TER	BISCOITO DE POLVILHO	Suco e Frape de maracuja	Alface com Rúcula	Chuchu com Azeitona	Arroz Branco	Feijão Carioca	Frango gratinado com creme de milho	Espinafre com Ricota e Abobrinha	Cenoura Vick	Banana Nanica
26 - QUA	MINGAU DE CHOCOL	BISCOITO MAIZENA	Alface Crespa	Salpicão de Legumes	Arroz Branco	Feijão Carioca	Carne Caipira	Quibe de Cenoura	Farofa com Frutas	Melão
27 - QUI	PAO SAL C/ MANTEIGA	Suco de Caju	Salada de Alface	Salada de Tomate	Arroz Branco	Feijão Carioca	Isca de Frango à Milanesa	Lasanha de berinjela	Purê de Batata	Abacaxi
28 - SEX	Bolo de Chocolate	SUCO DE ABACAXI	Beterraba Cozida	Salada de Macarão	Arroz Branco	Tutu a Mineira	Copa Lombo Assado	Cuscuz de legumes com coentro	Couve Refogada	Maçã
29 - SAB					Arroz Branco	Feijão Tropeiro	Pernil		Couve Refogada	
30 - DOM										