

ALMOCO CENTRO PEDAGOGICO – OUTUBRO DE 2025

	LANCHE DA MANHÃ		ACOMPANHAMENTO		PRATO PRINCIPAL	VEGETARIANO	GUARNIÇÃO	SALADA		LANCHE TARDE
01 - qua	PAO FRANCES C/ QUEIJO	Café com Leite	Arroz Branco	Tutu à Mineira	Bife de Porco Acebolado	Bolinho de Soja com Batata	Couve Refogada	Tomate	Beterraba Cozida 1g	Melancia
02 - qui	PAO DOCE	Suco de Maracujá	Arroz Branco	Feijão Carioca	Iscas de Frango	Bife de Milho	Penne ao Manjericao	Alface com Agrião	Abobrinha com Broc e Cenou 1g	Mamão
03 - sex	Bolo de Chocolate	SUCO DE ABACAXI	Arroz Branco	Feijão Carioca	Lagarto Assado	Soja Refogada com Legumes	Batata ao Forno	Alface Crespa	Tomate 1g	Banana Nanica
04 - sáb										
05 - dom										
06 - seg	PAO FRANCES COM QUEIJO	ACHOCOLATADO	Arroz Branco	Feijão Carioca	Bife de Panela	Cuscuz de legumes com coentro	Chuchu Tropeiro	Alface Crespa	Salada Diferente	Abacaxi
07 - ter	BISCOITO DE POLVILHO	VITAMINA DE mARACUJA	Arroz Branco	Feijão Carioca	Frango gratinado com creme de milho	Bife de Milho	Legumes ao alho e Óleo	Almeirão	Tomate	Melão
08 - qua	PAO DOCE COM SALSICHA	SUCO MARACUJA	Arroz Branco	Feijão Carioca	Carne Moida a Bolinhesa	Quibe de Cenoura	Espaguete a Carbonara	Alface Crespa	Tabule	Banana Nanica
09 - qui	PIPOCA SAL	SUCO DE UVA	Arroz Branco	Feijão Carioca	Asa de Frango Assada	Hamburguer de grão de bico	Angu com Quiabo	Alface com Rúcula	Beterraba Cozida	Mamão
10 - sex	Bolo de festa com cobertura	SUCO DE ABACAXI	Arroz Branco	Feijão Carioca	Stroganoff de carne	Espinafre com Ricota e Abobrinha	Batata chips	Alface com Alface Roxa	Salpicão de Cenoura	Melancia
11 - sáb										
12 - dom										
13 - seg										
14 - ter										
15 - qua										
16 - qui										
17 - sex										
18 - sáb										
19 - dom										
20 - seg	PAO DE QUEIJO	ACHOCOLATADO	Arroz Branco	Feijão Carioca	Carne de Porco Frita	Cassoulet Vegetariano	Chuchu Tropeiro	Almeirão	Tabule	Maça
21 - ter	BISCOITO DE POLVILHO	YOGURTE	Arroz Branco	Feijão Carioca	Frango Xadrez	Bolinho de Ervilha	Abobrinha a Napolitana	Alface com Rúcula	Repolho com Abacaxi	Abacaxi
22 - qua	PAO FRANCES C/ QUEIJO	Chá Mate	Arroz Branco	Feijão Carioca	Carne Moida à Jardineira	Quibe de Cenoura G	Angu com Quiabo	Alface Crespa	Cenoura com Brócolis	Melão
23 - qui	TORRADA	SUCO DE ABACAXI	Arroz Branco	Feijão Carioca	Frango Assado ao molho	Soja Refogada com Legumes	Penne ao Manjeriçao	Salada de Acelga	Beterraba Cozida	Mamão
24 - sex	Bolo de Chocolate	SUCO DE UVA	Arroz Branco	Feijão Carioca	Stroganoff de Carne	Cuscuz de legumes com coentro	Batata Corada ao Forno	Alface Crespa	Tomate	Banana Nanica
25 - sáb										
26 - dom										
27 - seg	PAO FRANCES C/ MANTEIGA	QUEIMADINHA	Arroz Branco	Feijão Carioca	Bife de Panela	Assado de Grão de Bico	Repolho Bulgáro	Almeirão	Tomate	Melão
28 - ter	BISCOITO MAIZENA/FRUTA	SUCO E FRAPE DE MARACUJA	Arroz Branco	Feijão Carioca	Isca de Frango empanada	Bife de Milho	Lâminas de Legumes	Alface Crespa	Salada de	Abacaxi
29 - qua	PAO DOCE	SUCO DE ABACAXI	Arroz Branco	Tutu a Mineira	Carne Assada	Cassoulet Vegetariano	Couve Refogada	Alface com Agrião	Chuchu com Milho	Banana Nanica
30 - qui	BISCOITO DE POLVILHO	Chá Mate/ CAFE	Arroz Branco	Feijão Carioca	Frango gratinado com creme de milho	Quibe de Cenoura	Farofa com Frutas	Alface Crespa	Abobrinha com Broc e Cenou	Melancia
31 - sex	Bolo de COCO	SUCO DE UVA	Arroz Branco	Feijão Carioca	Isca de Pernil	Ratatule	Purê de Batata	Almeirão	Berinjela com Orégano	Maça