

PREFEITURA MUNICIPAL DE BALNEÁRIO RINCÃO
SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CARDÁPIO OUTUBRO/2026
INTEGRAL - CEI II
INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN

Data	Café da manhã	Almoço	Lanche 1	Lanche 2	Jantar
01/10/2026 (Quinta-feira)	SUCO DE MORANGO + TORRADA S/ GLÚTEN COM FRANGO E LEGUMES S/ LEITE E DERIVADOS ()	ARROZ + FEIJÃO + CARNE EM ISCAS ACEBOLADAS + CANOA ASSADA DE BATATA INGLESA COM AÇAFRÃO + SALADA (nulo)	SUCO DE UVA INTEGRAL + OMELETE DE FORNO DE LEGUMES + FRUTA (1 CANECA + 1 PRATO RASO)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()
02/10/2026 (Sexta-feira)	CAFÉ COM LEITE + BOLO DE PÃO DE QUEIJO + FRUTA (1 CANECA + 3 UNIDADE + 1 UNIDADE)	ARROZ + FRANGO DESFIADO COM MOLHO + SALADA DE ALFACE E TOMATE ()	TORRADA SEM GLÚTEN COM NATA + SUCO DE UVA INTEGRAL + AMEIXA (1 Prato raso + 1 Caneca + 1 Unidade)	PERA (1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ENSOPADO + FAROFA DE CENOURA + BATATA SAUTÉ (1 PRATO FUNDO)
05/10/2026 (Segunda-feira)	TORRADA SEM GLÚTEN COM NATA + SUCO DE UVA INTEGRAL + AMEIXA (1 Prato raso + 1 Caneca + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + AIPIM COM CARNE MOÍDA + SALADA DE CENOURA E CHUCHU COZIDOS ()	SUCO DE UVA INTEGRAL + BOLO DE AMENDOIM + FRUTA (1 PRATO RASO + 1 caneca)	SORVETE SAUDÁVEL (banana e morango) (1/2 Caneca)	MACARRÃO S/ GLÚTEN COM CARNE MOÍDA + SALADA CRUA + SUCO DE MARACUJÁ (1 prato fundo + 1 caneca)
06/10/2026 (Terça-feira)	CAFÉ COM LEITE + BOLO INTEGRAL DE BANANA E CACAU + LARANJA ()	MACARRÃO S/ GLÚTEN AO ALHO E ÓLEO + SOBRECOPA DE FRANGO ASSADA COM BATATA + BETERRABA COZIDA + SALADA DE ALFACE E RÚCULA (1 Prato fundo)	TORRADA SEM GLÚTEN COM NATA + SUCO DE UVA INTEGRAL + AMEIXA (1 Prato raso + 1 Caneca + 1 Unidade)	BANANA E LARANJA (1 Unidade + 1 Unidade)	FEIJOADA COM CARNE SUÍNA + FAROFA DE CENOURA + COUVE FOLHA REFOGADA + LARANJA PICADA + ARROZ (1 Prato fundo + 2 Unidades)
07/10/2026 (Quarta-feira)	BOLO DE CENOURA (sem glúten) + FRUTA + SUCO DE TANGERINA ()	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ASSADO COM LEGUMES + FAROFA DE CENOURA + PURÊ DE COUVE-FLOR (-)	SUCO DE UVA INTEGRAL + TORRADA SEM GLÚTEN COM CARNE MOÍDA + BANANA (1 CANECA + 1 UNIDADE + 1 UNIDADE)	MAMÃO E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ COLORIDO sem OVOS + FRANGO GRElhADO + BATATA SAUTÉ (1 prato)
08/10/2026 (Quinta-feira)	BOLO DE LARANJA (sem glúten) + LEITE COM CACAU (1 PRATO + 1 CANECA)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE EM ISCAS ACEBOLADAS + CANOA ASSADA DE BATATA INGLESA COM AÇAFRÃO + SALADA (nulo)	SUCO DE ABACAXI E COOKIE (1 CANECA + 3 UN)	PÊSSEGO (1 UNIDADE)	MACARRONADA S/ GLÚTEN COM FRANGO DESFIADO + LEGUMES REFOGADOS (cenoura) (1 Prato fundo + 2 Unidades)
09/10/2026 (Sexta-feira)	CAFÉ COM LEITE + BOLO DE PÃO DE QUEIJO + FRUTA (1 CANECA + 3 UNIDADE + 1 UNIDADE)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()	FRUTAS COM GRANOLA CASEIRA + SUCO DE UVA INTEGRAL (nulo)	MELÃO (1 prato raso)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA + PURÊ DE BATATA + SALADA VERDE (1 Prato fundo)
12/10/2026 (Segunda-feira)	Nossa Senhora Aparecida				
13/10/2026 (Terça-feira)	SUCO DE UVA INTEGRAL + BISCOITO ROSQUINHA DE POLVILHO (1 CANECA + 6 UN)	ARROZ + FEIJÃO + SUÍNO AO MOLHO + SALADA DE PEPINO (3 Colheres de Sopa + 2 Colheres de Sopa)	BOLO DE CENOURA (sem glúten) + FRUTA + SUCO DE TANGERINA ()	MAMÃO E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA + PURÊ DE BATATA + SALADA VERDE (1 Prato fundo)
14/10/2026 (Quarta-feira)	LEITE COM CACAU + TORRADA S/ GLÚTEN COM QUEIJO + FRUTA (1 CANECA + 1 UN + 1 UN)	ARROZ + FEIJÃO + FAROFA DE CENOURA + BATATA INGLESA RECHEADA COM CARNE MOÍDA + BRÓCOLIS COZIDOS (nulo)	SALADA DE FRUTAS COM IOGURTE E MEL + BROA DE POLVILHO (1 Caneca + 3 Unidades)	BANANA ORGÂNICA (1 Unidade)	ESCONDINHO DE CARNE MOÍDA E BATATA INGLESA + ARROZ + SALADA DE ALFACE (1 PRATO RASO)
15/10/2026 (Quinta-feira)	Dia do Professor				
16/10/2026 (Sexta-feira)	CAFÉ COM LEITE + BOLO DE PÃO DE QUEIJO + FRUTA (1 CANECA + 3 UNIDADE + 1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO COM LINHAÇA+ ISCA BOVINA AO MOLHO + PURÊ DE BATATA + BRÓCOLIS COZIDO (1 PRATO FUNDO)	TORRADA S/ GLÚTEN COM OVOS MEXIDOS + SUCO DE UVA INTEGRAL + FRUTAS PICADAS (1 PRATO RASO + 1 CANECA + 1 UNIDADE)	SALADA DE FRUTAS + IOGURTE ()	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ASSADO COM BATATA INGLESA + CREME DE MILHO (-)
19/10/2026 (Segunda-feira)	VITAMINA (banana, linhaça, morango), COOKIE SEM GLÚTEN E BANANA (1 Caneca + 4 Unidades + 1 Fruta)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA REFOGADA COM BATATA SALSA + COUVE FOLHA REFOGADA (nulo)	Leite com cacau + Bolo de milho e fubá + Goiaba (1 unidade)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + OVO COZIDO + SALADA DE BRÓCOLIS (1 Unidade + 2 Colheres de Sopa)
20/10/2026 (Terça-feira)	LEITE COM CACAU + TORRADA SEM GLÚTEN COM QUEIJO + FRUTA (1 CANECA + 2 UN + 1 UN)	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	BOLO DE AMENDOIM + VITAMINA DE BANANA, MORANGO E AVEIA (1 Pedaco + 1 Caneca)	BANANA E MAÇÃ (1 Unidade + 1 Unidade)	RISOTO DE FRANGO + FEIJÃO + SALADA DE REPOLHO, CEBOLA E CENOURA REFOGADOS (1 Prato fundo)

21/10/2026 (Quarta-feira)	PIZZA DE COUVE FLOR S/ GLÚTEN + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 prato fundo + 1 caneca)	CARRETEIRO COM LEGUMES +FEIJÃO + SALADA VERDE (1 Prato fundo)	PIZZA DE COUVE FLOR S/ GLÚTEN + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 prato fundo + 1 caneca)	BANANA E LARANJA (1 Unidade + 1 Unidade)	MACARRÃO SEM GLÚTEN + CARNE MOÍDA AO MOLHO (1 Prato Fundo)
22/10/2026 (Quinta-feira)	TORRADA S/ GLÚTEN + CAFÉ COM LEITE ()	MACARRÃO S/ GLÚTEN COM CARNE MOÍDA SUÍNA + FEIJÃO + FAROFA NUTRITIVA + SALADA DE LEGUMES REFOGADOS (1 Prato fundo)	TORRADA S/ GLÚTEN COM OVOS MEXIDOS + IOGURTE + FRUTAS PICADAS (1 prato fundo + 1 caneca)	LARANJA E MAÇÃ (1 Unidade)	ARROZ COLORIDO COM OVOS E CEBOLINHA + FEIJÃO + FRANGO ASSADO COM BATATAS + FAROFA (1 Prato fundo)
23/10/2026 (Sexta-feira)	TORTA INTEGRAL DE CARNE BOVINA MOÍDA + SUCO DE UVA INTEGRAL + FRUTA ()	ARROZ + FEIJÃO + COXA/SOBRECOXA ASSADA COM AÇAFRÃO + SALADA DE CHUCHU (1 Pedaco + 2 Colheres de Sopa)	CAFÉ COM LEITE + BOLO INTEGRAL DE BANANA E CACAU + LARANJA ()	MAÇÃ E BANANA ORGÂNICA (1 Unidade + 1 Unidade)	MACARRÃO S/ GLÚTEN COM CARNE MOÍDA + SALADA CRUA + SUCO DE MARACUJÁ (1 prato fundo + 1 caneca)
26/10/2026 (Segunda-feira)	TORRADA S/ GLÚTEN + CAFÉ COM LEITE ()	STROGONOFF DE FRANGO + ARROZ + FEIJÃO + SALADA DE ALFACE E TOMATE (1 Prato fundo + 2 Unidades)	BOLO DE BANANA INTEGRAL (sem glúten) + LEITE COM CACAU (1 Pedaco Médio + 1 Caneca)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ENSOPADO + FAROFA DE CENOURA + BATATA SAUTÉ (1 PRATO FUNDO)
27/10/2026 (Terça-feira)	CAFÉ COM LEITE + TORRADA COM MANTEIGA E ORÉGANO + LARANJA ()	FEIJOADA COM CARNE SUÍNA + FAROFA DE CENOURA + COUVE FOLHA REFOGADA + LARANJA PICADA + ARROZ (1 Prato fundo + 2 Unidades)	BOLO DE CENOURA (sem glúten) + FRUTA + SUCO DE TANGERINA ()	PÊSSEGO (1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)
28/10/2026 (Quarta-feira)	CAFÉ COM LEITE + BROA DOCE DE POLVILHO SEM GLÚTEN + BANANA (1 Caneca + 6 Unidades + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + ISCA BOVINA AO MOLHO + FAROFA DE CENOURA + SALADA DE ALFACE (1 PRATO FUNDO)	SORVETE CASEIRO COM FRUTAS PICADAS + BOLO DE CHOCOLATE (nulo)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FRANGO DESFIADO COM MOLHO + SALADA DE ALFACE E TOMATE ()
29/10/2026 (Quinta-feira)	TORRADA S/ GLÚTEN COM OVOS MEXIDOS + IOGURTE + FRUTAS PICADAS (1 prato fundo + 1 caneca)	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	TORRADA SEM GLÚTEN COM NATA + SUCO DE UVA INTEGRAL + AMEIXA (1 Prato raso + 1 Caneca + 1 Unidade)	LARANJA E MAÇÃ (1 Unidade)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()
30/10/2026 (Sexta-feira)	BOLO DE BANANA INTEGRAL (sem glúten) + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 Pedaco Médio + 1 Caneca)	STROGONOFF DE CARNE EM ISCAS + ARROZ COM BRÓCOLIS + FEIJÃO + BATATA GRATINADA COM AÇAFRÃO E ORÉGANO + SALADA (nulo)	SUCO DE UVA + PÃO DE QUEIJO + FRUTA (1 caneca + 3 unidades + 1 unidade)	MELÃO (1 prato raso)	ARROZ + FEIJÃO + ISCAS DE PANELA + SALADA CRUA (Repolho, couve e cenoura) (Bebês: carne moída)

Andressa Carlos
 Nº registro: 10079

Elisa Clezar Ferreira de Souza
 Nº registro: 4849

PREFEITURA MUNICIPAL DE BALNEÁRIO RINCÃO

SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CARDÁPIO OUTUBRO/2026

INTEGRAL - CEI II

INTOLERÂNCIA À LACTOSE

Data	Café da manhã	Almoço	Lanche 1	Lanche 2	Jantar
01/10/2026 (Quinta-feira)	TORRADA SEM GLÚTEN + SUCO DE UVA + FRUTA ()	ARROZ + FEIJÃO + CARNE EM ISCAS ACEBOLADAS + CANOA ASSADA DE BATATA INGLESA COM AÇAFRÃO + SALADA (nulo)	SUCO DE UVA INTEGRAL + OMELETE DE LEGUMES S/ QUEIJO ()	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()
02/10/2026 (Sexta-feira)	CAFÉ COM LEITE SEM LACTOSE + BOLO DE PÃO DE QUEIJO ZERO LACTOSE + FRUTA (1 CANECA + 1 PRATO RASO + 1 UNIDADE)	ARROZ + FRANGO DESFIADO COM MOLHO + SALADA DE ALFACE E TOMATE ()	TORRADA SEM GLÚTEN + SUCO DE UVA + FRUTA ()	PERA (1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ENSOPADO + FAROFA DE CENOURA + BATATA SAUTÉ (1 PRATO FUNDO)
05/10/2026 (Segunda-feira)	BISCOITO CREAM CRACKER + CAFÉ COM LEITE ZERO LACTOSE + FRUTA ()	ARROZ + FEIJÃO + AIPIM COM CARNE MOÍDA + SALADA DE CENOURA E CHUCHU COZIDOS ()	TORRADA SEM GLÚTEN + SUCO DE UVA + FRUTA ()	SORVETE SAUDÁVEL (banana e morango) (1/2 Caneca)	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA + FEIJÃO + SALADA DE BETERRABA (1 Prato fundo + 1 Caneca)
06/10/2026 (Terça-feira)	SUCO DE TANGERINA + BOLO DE CHOCOLATE ZERO LACTOSE + FRUTA ()	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO + FEIJÃO + SOBRECOXA DE FRANGO ASSADA COM BATATA + BETERRABA COZIDA + SALADA DE ALFACE E RÚCULA (1 Prato fundo)	TORRADA SEM GLÚTEN + SUCO DE UVA + FRUTA ()	BANANA E LARANJA (1 Unidade + 1 Unidade)	FEIJOADA COM CARNE SUÍNA + FAROFA DE CENOURA + COUVE FOLHA REFOGADA + LARANJA PICADA + ARROZ (1 Prato fundo + 2 Unidades)
07/10/2026 (Quarta-feira)	BOLO DE CENOURA + FRUTA + SUCO DE TANGERINA (-)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ASSADO COM LEGUMES + PURÊ DE COUVE-FLORES ZERO LACTOSE (-)	SUCO DE TANGERINA + PIZZA DE CARNE MOÍDA, QUEIJO ZERO LACTOSE E BRÓCOLIS + FRUTA ()	MAMÃO E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ COLORIDO sem OVOS + FRANGO GRElhADO + BATATA SAUTÉ (1 prato)
08/10/2026 (Quinta-feira)	BOLO DE LARANJA (sem leite) + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 Pedaco Médio + 1 Caneca)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE EM ISCAS ACEBOLADAS + CANOA ASSADA DE BATATA INGLESA COM AÇAFRÃO + SALADA (nulo)	TORTA DE FRANGO (frango, milho, queijo s/ lactose e orégano) + SUCO DE ABACAXI (1 PRATO + 1 CANECA)	PÊSSEGO (1 UNIDADE)	MACARRONADA COM FRANGO + LEGUMES REFOGADOS (cenoura) (1 Prato fundo)
09/10/2026 (Sexta-feira)	CAFÉ COM LEITE SEM LACTOSE + BOLO DE PÃO DE QUEIJO ZERO LACTOSE + FRUTA (1 CANECA + 1 PRATO RASO + 1 UNIDADE)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()	FRUTAS COM GRANOLA CASEIRA + SUCO DE UVA INTEGRAL (nulo)	MELÃO (1 prato raso)	ARROZ + CARNE MOÍDA + PURÊ DE BATATA S/ LACTOSE (1 PRATO FUNDO)
12/10/2026 (Segunda-feira)	Nossa Senhora Aparecida				
13/10/2026 (Terça-feira)	SUCO DE UVA INTEGRAL + BISCOITO ROSQUINHA DE CHOCOLATE + MAÇÃ (1 Caneca + 6 unidades)	ARROZ + FEIJÃO + SUÍNO AO MOLHO + SALADA DE PEPINO (3 Colheres de Sopa + 2 Colheres de Sopa)	BOLO DE CENOURA + FRUTA + SUCO DE TANGERINA (-)	MAMÃO E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + CARNE MOÍDA + PURÊ DE BATATA S/ LACTOSE (1 PRATO FUNDO)
14/10/2026 (Quarta-feira)	LEITE COM CACAU + TORRADA SEM GLÚTEN COM QUEIJO + FRUTA (1 CANECA + 2 UN + 1 UN)	ARROZ + FEIJÃO + FAROFA DE CENOURA + BATATA INGLESA RECHEADA COM CARNE MOÍDA + BRÓCOLIS COZIDOS (nulo)	SALADA DE FRUTAS COM IOGURTE S/ LACTOSE E MEL + BROA DE POLVILHO (1 PRATO + 1 CANECA)	BANANA ORGÂNICA (1 Unidade)	ESCONDINHO ZERO LACTOSE DE CARNE MOÍDA E BATATA INGLESA + ARROZ + SALADA DE ALFACE (1 PRATO FUNDO)
15/10/2026 (Quinta-feira)	Dia do Professor				
16/10/2026 (Sexta-feira)	CAFÉ COM LEITE SEM LACTOSE + BOLO DE PÃO DE QUEIJO ZERO LACTOSE + FRUTA (1 CANECA + 1 PRATO RASO + 1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO COM LINHAÇA+ ISCA BOVINA AO MOLHO + PURÊ DE BATATA ZERO LACTOSE + BRÓCOLIS COZIDO ()	TORRADA SEM GLÚTEN + SUCO DE MARACUJÁ + BANANA (3 UN + 1 CANECA + 1 UN)	SALADA DE FRUTAS COM IOGURTE ZERO LACTOSE ()	ARROZ + FEIJÃO + COXA/SOBRECOXA ASSADA COM AÇAFRÃO + SALADA DE ALFACE (1 Pedaco + 2 Colheres de Sopa)
19/10/2026 (Segunda-feira)	VITAMINA (banana, linhaça, morango e avelã) com LEITE VEGETAL, BISCOITO CREAM CRACKER INTEGRAL E BANANA (1 Caneca + 6 unidades + 1 unidade)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA + PURÊ DE BATATA SALSA ZERO LACTOSE ()	Leite com cacau ZERO lactose + Bolo de milho e fubá + Goiaba (-)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + OVO COZIDO + SALADA DE BRÓCOLIS (1 Unidade + 2 Colheres de Sopa)
20/10/2026 (Terça-feira)	LEITE COM CACAU + TORRADA S/ GLÚTEN COM QUEIJO + FRUTA (1 CANECA + 1 UN + 1 UN)	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	BOLO DE AMENDOIM + VITAMINA DE BANANA, MORANGO E AVELã S/ LACTOSE (1 UNIDADE + 1 CANECA + 1 UN)	BANANA E MAÇÃ (1 Unidade + 1 Unidade)	RISOTO DE FRANGO + FEIJÃO + SALADA DE REPOLHO, CEBOLA E CENOURA REFOGADOS (1 Prato fundo)

21/10/2026 (Quarta-feira)	PIZZA CASEIRA INTEGRAL DE FRANGO (S/ MANTEIGA) + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 PRATO RASO + 1 CANECA)	CARRETEIRO COM LEGUMES +FEIJÃO + SALADA VERDE (1 Prato fundo)	PIZZA CASEIRA INTEGRAL DE FRANGO (S/ MANTEIGA) + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 PRATO RASO + 1 CANECA)	BANANA E LARANJA (1 Unidade + 1 Unidade)	ARROZ + LASANHA ZERO LACTOSE DE CARNE MOÍDA + SALADA DE ALFACE E TOMATE (1 PRATO FUNDO)
22/10/2026 (Quinta-feira)	BOLO DE LARANJA (sem leite) + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 Pedaco Médio + 1 Caneca)	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA SUÍNA + FEIJÃO + FAROFA NUTRITIVA + SALADA DE LEGUMES REFOGADOS (1 Prato fundo)	PÃO COM OVOS MEXIDOS + IOGURTE S/ LACTOSE + FRUTAS PICADAS (1 PRATO + 1 CANECA + 1 un)	LARANJA E MAÇÃ (1 Unidade)	ARROZ COLORIDO COM OVOS E CEBOLINHA + FEIJÃO + FRANGO ASSADO COM BATATAS + FAROFA (1 Prato fundo)
23/10/2026 (Sexta-feira)	TORTA INTEGRAL DE CARNE BOVINA MOÍDA + SUCO DE UVA INTEGRAL + FRUTA ()	ARROZ + FEIJÃO + COXA/SOBRECOXA ASSADA COM AÇAFRÃO + SALADA DE CHUCHU (1 Pedaco + 2 Colheres de Sopa)	SUCO DE TANGERINA + BOLO DE CHOCOLATE ZERO LACTOSE + FRUTA ()	MAÇÃ E BANANA ORGÂNICA (1 Unidade + 1 Unidade)	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA + FEIJÃO + SALADA DE BETERRABA (1 Prato fundo + 1 Caneca)
26/10/2026 (Segunda-feira)	BISCOITO CREAM CRACKER + CAFÉ COM LEITE ZERO LACTOSE + FRUTA ()	ARROZ + FRANGO DESFIADO COM MOLHO + SALADA DE ALFACE E TOMATE ()	BOLO DE BANANA INTEGRAL (sem glúten) + LEITE ZERO LACTOSE COM CACAU (-)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ENSOPADO + FAROFA DE CENOURA + BATATA SAUTÉ (1 PRATO FUNDO)
27/10/2026 (Terça-feira)	CAFÉ COM LEITE ZERO LACTOSE + BISCOITO CREAM CRACKER COM GELÉIA DE FRUTAS ()	FEIJOADA COM CARNE SUÍNA + FAROFA DE CENOURA + COUVE FOLHA REFOGADA + LARANJA PICADA + ARROZ (1 Prato fundo + 2 Unidades)	BOLO DE CENOURA + FRUTA + SUCO DE TANGERINA (-)	PÊSSEGO (1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)
28/10/2026 (Quarta-feira)	CAFÉ COM LEITE ZERO LACTOSE + BROA DOCE DE POLVILHO SEM GLÚTEN E SEM LACTOSE + BANANA ()	ARROZ + FEIJÃO + ISCA BOVINA AO MOLHO + FAROFA DE CENOURA + SALADA DE ALFACE (1 PRATO FUNDO)	SORVETE CASEIRO COM FRUTAS PICADAS + BOLO DE CHOCOLATE (nulo)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FRANGO DESFIADO COM MOLHO + SALADA DE ALFACE E TOMATE ()
29/10/2026 (Quinta-feira)	PÃO COM OVOS MEXIDOS + IOGURTE S/ LACTOSE + FRUTAS PICADAS (1 PRATO + 1 CANECA + 1 un)	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	TORRADA SEM GLÚTEN + SUCO DE UVA + FRUTA ()	LARANJA E MAÇÃ (1 Unidade)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()
30/10/2026 (Sexta-feira)	BOLO DE BANANA INTEGRAL (sem glúten) + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 Pedaco Médio + 1 Caneca)	ARROZ + ISCA BOVINA AO MOLHO COM BATATA INGLESA + SALADA DE CENOURA (1 Prato Fundo + 2 Colheres de Sopa)	SUCO DE UVA INTEGRAL + CREAM CRACKER COM GELÉIA + FRUTA ()	MELÃO (1 prato raso)	ARROZ + FEIJÃO + ISCAS DE PANELA + SALADA CRUA (Repolho, couve e cenoura) (Bebês: carne moída)

Andressa Carlos
 Nº registro: 10079

Elisa Clezar Ferreira de Souza
 Nº registro: 4849

PREFEITURA MUNICIPAL DE BALNEÁRIO RINCÃO
SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CARDÁPIO OUTUBRO/2026
INTEGRAL - CEI II
ALERGIA AO LEITE

Data	Café da manhã	Almoço	Lanche 1	Lanche 2	Jantar
01/10/2026 (Quinta-feira)	SUCO DE MORANGO + PÃO DE SANDUÍCHE (S/ CASCA) AMASSADO COM FRANGO E LEGUMES S/ LEITE E DERIVADOS ()	ARROZ + FEIJÃO + CARNE EM ISCAS ACEBOLADAS + CANOA ASSADA DE BATATA INGLESA COM AÇAFRÃO + SALADA (nulo)	SUCO DE UVA INTEGRAL + OMELETE DE LEGUMES S/ QUEIJO ()	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()
02/10/2026 (Sexta-feira)	SUCO DE LARANJA + PÃO DE BEIJO + FRUTA (1 CANECA + 3 UNIDADES + 1 UNIDADE)	ARROZ + LASANHA DE FRANGO S/ QUEIJO + SALADA DE ALFACE E TOMATE (1 PRATO RASO)	TORRADA SEM GLÚTEN + SUCO DE UVA + FRUTA ()	PERA (1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ENSOPADO + FAROFA DE CENOURA + BATATA SAUTÉ (1 PRATO FUNDO)
05/10/2026 (Segunda-feira)	BISCOITO CREAM CRACKER + SUCO DE UVA INTEGRAL + FRUTA (6 Unidades + 1 Caneca + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + AIPIM COM CARNE MOÍDA + SALADA DE CENOURA E CHUCHU COZIDOS ()	SUCO DE UVA INTEGRAL + BOLO DE AMENDOIM + FRUTA (1 PRATO RASO + 1 caneca)	SORVETE SAUDÁVEL (banana e morango) (1/2 Caneca)	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA + FEIJÃO + SALADA DE BETERRABA (1 Prato fundo + 1 Caneca)
06/10/2026 (Terça-feira)	SUCO DE TANGERINA + BOLO DE CHOCOLATE + FRUTA (nulo)	MACARRÃO S/ GLÚTEN AO ALHO E ÓLEO + SOBRECOPA DE FRANGO ASSADA COM BATATA + BETERRABA COZIDA + SALADA DE ALFACE E RÚCULA (1 Prato fundo)	SUCO DE ABACAXI E BISCOITO CREAM CRACKER (1 Caneca + 6 Unidades)	BANANA E LARANJA (1 Unidade + 1 Unidade)	FEIJOADA COM CARNE SUÍNA + FAROFA DE CENOURA + COUVE FOLHA REFOGADA + LARANJA PICADA + ARROZ (1 Prato fundo + 2 Unidades)
07/10/2026 (Quarta-feira)	BOLO DE CENOURA + FRUTA + SUCO DE TANGERINA (-)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ASSADO COM LEGUMES + FAROFA DE CENOURA + PURÊ DE COUVE-FLOR (-)	SUCO DE TANGERINA + PIZZA S/ LEITE DE CARNE MOÍDA E BRÓCOLIS + FRUTA ()	MAMÃO E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ COLORIDO sem OVOS + FRANGO GRELHADO + BATATA SAUTÉ (1 prato)
08/10/2026 (Quinta-feira)	BOLO DE LARANJA (sem leite) + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 Pedaco Médio + 1 Caneca)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE EM ISCAS ACEBOLADAS + CANOA ASSADA DE BATATA INGLESA COM AÇAFRÃO + SALADA (nulo)	TORTA DE FRANGO (frango, milho e orégano) + SUCO DE ABACAXI (1 PRATO RASO + 1 CANECA)	PÊSSEGO (1 UNIDADE)	MACARRÃO S/ GLÚTEN COM FRANGO AO MOLHO + SALADA CRUA ()
09/10/2026 (Sexta-feira)	SUCO DE LARANJA + PÃO DE BEIJO + FRUTA (1 CANECA + 3 UNIDADES + 1 UNIDADE)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()	FRUTAS COM GRANOLA CASEIRA + SUCO DE UVA INTEGRAL (nulo)	MELÃO (1 prato raso)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA + PURÊ DE BATATA S/ LEITE (1 PRATO RASO)
12/10/2026 (Segunda-feira)	Nossa Senhora Aparecida				
13/10/2026 (Terça-feira)	SUCO DE UVA INTEGRAL + BISCOITO ROSQUINHA DE CHOCOLATE + MAÇÃ (1 Caneca + 6 unidades)	ARROZ + FEIJÃO + SUÍNO AO MOLHO + SALADA DE PEPINO (3 Colheres de Sopa + 2 Colheres de Sopa)	BOLO DE CENOURA + FRUTA + SUCO DE TANGERINA (-)	MAMÃO E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA + PURÊ DE BATATA S/ LEITE (1 PRATO RASO)
14/10/2026 (Quarta-feira)	SUCO DE UVA INTEGRAL + CREAM CRACKER COM GELÉIA + FRUTA ()	ARROZ + FEIJÃO + FAROFA DE CENOURA + BATATA INGLESA RECHEADA COM CARNE MOÍDA + BRÓCOLIS COZIDOS (nulo)	SALADA DE FRUTAS + BISCOITO DE POLVILHO (1 CANECA + 6 UN)	BANANA ORGÂNICA (1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA + PURÊ DE BATATA S/ LEITE (1 PRATO RASO)
15/10/2026 (Quinta-feira)	Dia do Professor				
16/10/2026 (Sexta-feira)	SUCO DE LARANJA + PÃO DE BEIJO + FRUTA (1 CANECA + 3 UNIDADES + 1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO COM LINHAÇA+ ISCA BOVINA AO MOLHO + PURÊ DE BATATA S/ LEITE + BRÓCOLIS COZIDO ()	TORRADA S/ GLÚTEN COM OVOS MEXIDOS + SUCO DE UVA INTEGRAL + FRUTAS PICADAS (1 PRATO RASO + 1 CANECA + 1 UNIDADE)	SALADA DE FRUTAS + BATATA DOCE COZIDA (1 CANECA + 1 PRATO)	ARROZ COLORIDO COM OVOS E CEBOLINHA + FEIJÃO + FRANGO ASSADO COM BATATAS + FAROFA (1 Prato fundo)
19/10/2026 (Segunda-feira)	VITAMINA (banana, linhaça, morango e aveia) com LEITE VEGETAL, BISCOITO CREAM CRACKER INTEGRAL E BANANA (1 Caneca + 6 unidades + 1 unidade)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA + PURÊ DE BATATA S/ LEITE (1 PRATO RASO)	SUCO DE MARACUJÁ + BOLO DE MILHO E FUBÁ + GOIABA ()	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + OVO COZIDO + SALADA DE BRÓCOLIS (1 Unidade + 2 Colheres de Sopa)
20/10/2026 (Terça-feira)	SUCO DE UVA INTEGRAL + PÃO CASEIRO S/ LEITE COM GELÉIA + FRUTA ()	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	SUCO DE UVA INTEGRAL + BOLO DE AMENDOIM + FRUTA (1 PRATO RASO + 1 caneca)	BANANA E MAÇÃ (1 Unidade + 1 Unidade)	RISOTO DE FRANGO + FEIJÃO + SALADA DE REPOLHO, CEBOLA E CENOURA REFOGADOS (1 Prato fundo)
21/10/2026 (Quarta-feira)	PIZZA CASEIRA INTEGRAL DE FRANGO (S/ MANTEIGA) + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 PRATO RASO + 1 CANECA)	CARRETEIRO COM LEGUMES +FEIJÃO + SALADA VERDE (1 Prato fundo)	PIZZA CASEIRA INTEGRAL DE FRANGO (S/ MANTEIGA) + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 PRATO RASO + 1 CANECA)	BANANA E LARANJA (1 Unidade + 1 Unidade)	ARROZ + LASANHA DE CARNE MOÍDA S/ QUEIJO + SALADA DE ALFACE E TOMATE (1 PRATO RASO)

22/10/2026 (Quinta-feira)	BOLO DE LARANJA (sem leite) + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 Pedaco Médio + 1 Caneca)	MACARRÃO S/ GLÚTEN COM CARNE MOÍDA SUÍNA + FEIJÃO + FAROFA NUTRITIVA + SALADA DE LEGUMES REFOGADOS (1 Prato fundo)	TORRADA S/ GLÚTEN COM OVOS MEXIDOS + SUCO DE UVA INTEGRAL + FRUTAS PICADAS (1 PRATO RASO + 1 CANECA + 1 UNIDADE)	LARANJA E MAÇÃ (1 Unidade)	ARROZ COLORIDO COM OVOS E CEBOLINHA + FEIJÃO + FRANGO ASSADO COM BATATAS + FAROFA (1 Prato fundo)
23/10/2026 (Sexta-feira)	TORTA INTEGRAL DE CARNE BOVINA MOÍDA + SUCO DE UVA INTEGRAL + FRUTA ()	ARROZ + FEIJÃO + COXA/SOBRECOXA ASSADA COM AÇAFRÃO + SALADA DE CHUCHU (1 Pedaco + 2 Colheres de Sopa)	SUCO DE TANGERINA + BOLO DE CHOCOLATE + FRUTA (nulo)	MAÇÃ E BANANA ORGÂNICA (1 Unidade + 1 Unidade)	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA + FEIJÃO + SALADA DE BETERRABA (1 Prato fundo + 1 Caneca)
26/10/2026 (Segunda-feira)	BISCOITO CREAM CRACKER + SUCO DE UVA INTEGRAL + FRUTA (6 Unidades + 1 Caneca + 1 Unidade)	FRANGO AO MOLHO + ARROZ + FEIJÃO + SALADA DE ALFACE E TOMATE (1 PRATO RASO + 2 UN)	BOLO DE BANANA INTEGRAL (sem glúten) + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 Pedaco Médio + 1 Caneca)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ENSOPADO + FAROFA DE CENOURA + BATATA SAUTÉ (1 PRATO FUNDO)
27/10/2026 (Terça-feira)	TORRADA SEM GLÚTEN + SUCO DE UVA + FRUTA ()	FEIJOADA COM CARNE SUÍNA + FAROFA DE CENOURA + COUVE FOLHA REFOGADA + LARANJA PICADA + ARROZ (1 Prato fundo + 2 Unidades)	BOLO DE CENOURA + FRUTA + SUCO DE TANGERINA (-)	PÊSSEGO (1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)
28/10/2026 (Quarta-feira)	SUCO DE UVA INTEGRAL + BISCOITO ROSQUINHA DE POLVILHO + BANANA ()	ARROZ + FEIJÃO + ISCA BOVINA AO MOLHO + FAROFA DE CENOURA + SALADA DE ALFACE (1 PRATO FUNDO)	SORVETE CASEIRO COM FRUTAS PICADAS + BOLO DE CHOCOLATE (nulo)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + LASANHA DE FRANGO S/ QUEIJO + SALADA DE ALFACE E TOMATE (1 PRATO RASO)
29/10/2026 (Quinta-feira)	TORRADA S/ GLÚTEN COM OVOS MEXIDOS + SUCO DE UVA INTEGRAL + FRUTAS PICADAS (1 PRATO RASO + 1 CANECA + 1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	SUCO DE ABACAXI E BISCOITO CREAM CRACKER (1 Caneca + 6 Unidades)	LARANJA E MAÇÃ (1 Unidade)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()
30/10/2026 (Sexta-feira)	BOLO DE BANANA INTEGRAL (sem glúten) + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 Pedaco Médio + 1 Caneca)	STROGONOFF DE CARNE EM ISCAS + ARROZ COM BRÓCOLIS + FEIJÃO + BATATA GRATINADA COM AÇAFRÃO E ORÉGANO + SALADA (nulo)	SUCO DE UVA INTEGRAL + BOLO DE FEIJÃO COM CALDA DE CACAU + FRUTA ()	MELÃO (1 prato raso)	ARROZ + FEIJÃO + ISCAS DE PANELA + SALADA CRUA (Repolho, couve e cenoura) (Bebês: carne moída)

Andressa Carlos
Nº registro: 10079

Elisa Clezar Ferreira de Souza
Nº registro: 4849

PREFEITURA MUNICIPAL DE BALNEÁRIO RINCÃO
SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CARDÁPIO OUTUBRO/2026
INTEGRAL - CEI II

Data	Café da manhã	Almoço	Lanche 1	Lanche 2	Jantar	Informações Nutricionais
01/10/2026 (Quinta-feira)	SUCO DE MORANGO + PÃO DE SANDUÍCHE (S/ CASCA) AMASSADO COM FRANGO E LEGUMES S/ LEITE E DERIVADOS ()	ARROZ + FEIJÃO + CARNE EM ISCAS ACEBOLADAS + CANOA ASSADA DE BATATA INGLESA COM AÇAFRÃO + SALADA (nulo)	SUCO DE UVA INTEGRAL + OMELETE DE FORNO DE LEGUMES + FRUTA (1 CANECA + 1 PRATO RASO)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()	KCAL: 2208.143 / PTN: 113.482g (22.1694%) CHO: 373.844g (73.0328%) / LIP: 24.559g (4.7978%)
02/10/2026 (Sexta-feira)	CAFÉ COM LEITE + BOLO DE PÃO DE QUEIJO + FRUTA (1 CANECA + 3 UNIDADE + 1 UNIDADE)	ARROZ + LASANHA DE FRANGO + SALADA DE BETERRABA, ALFACE E TOMATE (1 prato fundo)	SUCO DE UVA INTEGRAL + PÃO DE BATATA CASEIRO COM NATA + FRUTA (nulo)	PERA (1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ENSOPADO + FAROFA DE CENOURA + BATATA SAUTÉ (1 PRATO FUNDO)	KCAL: 1659.7856 / PTN: 73.9428g (19.7895%) CHO: 271.4292g (72.6432%) / LIP: 28.2752g (7.5674%)
05/10/2026 (Segunda-feira)	BISCOITO CREAM CRACKER + VITAMINA DE BANANA, MORANGO E AVEIA + FRUTA (nulo)	ARROZ + FEIJÃO + AIPIM COM CARNE MOÍDA + SALADA DE CENOURA E CHUCHU COZIDOS ()	SUCO DE UVA INTEGRAL + BOLO DE AMENDOIM + FRUTA (1 PRATO RASO + 1 caneca)	SORVETE SAUDÁVEL (banana e morango) (1/2 Caneca)	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA + FEIJÃO + SALADA DE BETERRABA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	KCAL: 1791.5345 / PTN: 67.6545g (16.2651%) CHO: 328.5415g (78.986%) / LIP: 19.753g (4.7489%)
06/10/2026 (Terça-feira)	CAFÉ COM LEITE + BOLO DE CHOCOLATE + FRUTA (-)	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO + FEIJÃO + SOBRECOXA DE FRANGO ASSADA COM BATATA + BETERRABA COZIDA + SALADA DE ALFACE E RÚCULA (1 Prato fundo)	PÃO COM NATA + SUCO DE ABACAXI + MAÇÃ (1 Unidade + 1 Colher de Sopa + 1 Caneca + 1 Unidade)	BANANA E LARANJA (1 Unidade + 1 Unidade)	FEIJOADA COM CARNE SUÍNA + FAROFA DE CENOURA + COUVE FOLHA REFOGADA + LARANJA PICADA + ARROZ (1 Prato fundo + 2 Unidades)	KCAL: 2424.984 / PTN: 72.393g (13.3019%) CHO: 443.594g (81.5087%) / LIP: 28.242g (5.1894%)
07/10/2026 (Quarta-feira)	BOLO DE CENOURA + FRUTA + SUCO DE TANGERINA (-)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ASSADO COM LEGUMES + FAROFA DE CENOURA + PURÊ DE COUVE-FLOr (-)	SUCO DE TANGERINA + PIZZA DE CARNE MOÍDA, QUEIJO E BRÓCOLIS + FRUTA ()	MAMÃO E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ COLORIDO sem OVOS + FRANGO GRELHADO + BATATA SAUTÉ (1 prato)	KCAL: 2529.006 / PTN: 90.6235g (15.5225%) CHO: 453.2156g (77.6291%) / LIP: 39.9824g (6.8484%)
08/10/2026 (Quinta-feira)	BOLO DE LARANJA + LEITE COM CACAU + FRUTA (1 Pedaco Médio + 1 Caneca)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE EM ISCAS ACEBOLADAS + CANOA ASSADA DE BATATA INGLESA COM AÇAFRÃO + SALADA (nulo)	TORTA DE FRANGO (frango, milho, queijo e orégano) + SUCO DE TANGERINA + FRUTA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	PÊSSEGO (1 UNIDADE)	MACARRONADA COM FRANGO + LEGUMES REFOGADOS (cenoura) (1 Prato fundo)	KCAL: 1763.5145 / PTN: 98.204g (24.1116%) CHO: 284.4835g (69.848%) / LIP: 24.602g (6.0404%)
09/10/2026 (Sexta-feira)	CAFÉ COM LEITE + BOLO DE PÃO DE QUEIJO + FRUTA (1 CANECA + 3 UNIDADE + 1 UNIDADE)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()	FRUTAS COM GRANOLA CASEIRA + SUCO DE UVA INTEGRAL (nulo)	MELÃO (1 prato raso)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA + PURÊ DE BATATA + SALADA VERDE (1 Prato fundo)	KCAL: 1860.7985 / PTN: 82.1955g (20.1625%) CHO: 303.2987g (74.399%) / LIP: 22.1708g (5.4385%)
12/10/2026 (Segunda-feira)	Nossa Senhora Aparecida					
13/10/2026 (Terça-feira)	SUCO DE UVA INTEGRAL + BISCOITO ROSQUINHA DE CHOCOLATE + MAÇÃ (1 Caneca + 6 unidades)	ARROZ + FEIJÃO + SUÍNO AO MOLHO + SALADA DE PEPINO (3 Colheres de Sopa + 2 Colheres de Sopa)	BOLO DE CENOURA + FRUTA + SUCO DE TANGERINA (-)	MAMÃO E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA + PURÊ DE BATATA + SALADA VERDE (1 Prato fundo)	KCAL: 1795.737 / PTN: 69.881g (17.3858%) CHO: 303.779g (75.5776%) / LIP: 28.283g (7.0366%)

14/10/2026 (Quarta-feira)	LEITE COM CACAU + PÃO COM QUEIJO + FRUTA (1 CANECA + 1 PRATO RASO + 1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO + FAROFA DE CENOURA + BATATA INGLESA RECHEADA COM CARNE MOÍDA + BRÓCOLIS COZIDOS (nulo)	SALADA DE FRUTAS COM IOGURTE E MEL + BROA DE POLVILHO (1 Caneca + 3 Unidades)	BANANA ORGÂNICA (1 Unidade)	ESCONDINHO DE CARNE MOÍDA E BATATA INGLESA + ARROZ + SALADA DE ALFACE (1 PRATO RASO)	KCAL: 1883.916 / PTN: 73.73g (17.2709%) CHO: 336.077g (78.7243%) / LIP: 17.097g (4.0049%)
15/10/2026 (Quinta-feira)	Dia do Professor					
16/10/2026 (Sexta-feira)	CAFÉ COM LEITE + BOLO DE PÃO DE QUEIJO + FRUTA (1 CANECA + 3 UNIDADE + 1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO COM LINHAÇA+ ISCA BOVINA AO MOLHO + PURÊ DE BATATA + BRÓCOLIS COZIDO (1 PRATO FUNDO)	PÃO COM PATÊ DE OVOS COZIDOS E RICOTA + SUÇO DE TANGERINA + FRUTA ()	SALADA DE FRUTAS + IOGURTE ()	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ASSADO COM BATATA INGLESA + CREME DE MILHO (-)	KCAL: 2197.6974 / PTN: 106.828g (22.8746%) CHO: 322.6022g (69.0775%) / LIP: 37.5848g (8.0479%)
19/10/2026 (Segunda-feira)	VITAMINA (banana, linhaça, morango e aveia) + CREAM CRACKER + BANANA ()	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA REFOGADA COM BATATA SALSA + COUVE FOLHA REFOGADA (nulo)	Leite com cacau + Bolo de milho e fubá + Goiaba (1 unidade)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + OVO COZIDO + SALADA DE BRÓCOLIS (1 Unidade + 2 Colheres de Sopa)	KCAL: 1881.734 / PTN: 73.5021g (18.3835%) CHO: 296.2117g (74.0853%) / LIP: 30.1116g (7.5312%)
20/10/2026 (Terça-feira)	CAFÉ COM LEITE + PÃO DE BATATA RECHEADO COM QUEIJO + FRUTA ()	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	BOLO DE AMENDOIM + VITAMINA DE BANANA, MORANGO E AVEIA (1 Pedaco + 1 Caneca)	BANANA E MAÇÃ (1 Unidade + 1 Unidade)	RISOTO DE FRANGO + FEIJÃO + SALADA DE REPOLHO, CEBOLA E CENOURA REFOGADOS (1 Prato fundo)	KCAL: 1734.3349 / PTN: 77.5513g (19.7506%) CHO: 295.406g (75.2334%) / LIP: 19.6955g (5.016%)
21/10/2026 (Quarta-feira)	PIZZA CASEIRA INTEGRAL DE FRANGO + SUÇO DE UVA INTEGRAL (1 Prato fundo + 1 Caneca)	CARRETEIRO COM LEGUMES +FEIJÃO + SALADA VERDE (1 Prato fundo)	PIZZA CASEIRA INTEGRAL DE FRANGO + SUÇO DE UVA INTEGRAL (1 Prato fundo + 1 Caneca)	BANANA E LARANJA (1 Unidade + 1 Unidade)	ARROZ + LASANHA DE CARNE MOÍDA + SALADA DE ALFACE E TOMATE (1 prato fundo)	KCAL: 2791.2544 / PTN: 122.7568g (19.5541%) CHO: 479.2388g (76.3387%) / LIP: 25.7844g (4.1072%)
22/10/2026 (Quinta-feira)	BOLO DE LARANJA + CAFÉ COM LEITE + FRUTA (1 PRATO + 1 CANECA)	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA SUÍNA + FEIJÃO + FAROFA NUTRITIVA + SALADA DE LEGUMES REFOGADOS (1 Prato fundo)	PÃO COM OVOS MEXIDOS + IOGURTE + FRUTAS PICADAS (1 Unidade + 1 Caneca)	LARANJA E MAÇÃ (1 Unidade)	ARROZ COLORIDO COM OVOS E CEBOLINHA + FEIJÃO + FRANGO ASSADO COM BATATAS + FAROFA (1 Prato fundo)	KCAL: 2048.862 / PTN: 88.5831g (19.3124%) CHO: 340.8956g (74.3203%) / LIP: 29.2057g (6.3673%)
23/10/2026 (Sexta-feira)	TORTA INTEGRAL DE CARNE BOVINA MOÍDA + SUÇO DE UVA INTEGRAL + FRUTA ()	ARROZ + FEIJÃO + COXA/SOBRECOXA ASSADA COM AÇAFRÃO + SALADA DE CHUCHU (1 Pedaco + 2 Colheres de Sopa)	CAFÉ COM LEITE + BOLO DE CHOCOLATE + FRUTA (-)	MAÇÃ E BANANA ORGÂNICA (1 Unidade + 1 Unidade)	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA + FEIJÃO + SALADA DE BETERRABA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	KCAL: 1961.645 / PTN: 74.448g (16.277%) CHO: 356.1305g (77.8631%) / LIP: 26.802g (5.8599%)
26/10/2026 (Segunda-feira)	BISCOITO CREAM CRACKER + CAFÉ COM LEITE + FRUTA (-)	STROGONOFF DE FRANGO + ARROZ + FEIJÃO + SALADA DE ALFACE E TOMATE (1 Prato fundo + 2 Unidades)	BOLO DE BANANA INTEGRAL (sem glúten) + LEITE COM CACAU (1 Pedaco Médio + 1 Caneca)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ENSOPADO + FAROFA DE CENOURA + BATATA SAUTÉ (1 PRATO FUNDO)	KCAL: 1562.3488 / PTN: 68.7904g (18.4709%) CHO: 288.2667g (77.4024%) / LIP: 15.3688g (4.1267%)
27/10/2026 (Terça-feira)	CAFÉ COM LEITE + TORRADA COM MANTEIGA E ORÉGANO + LARANJA ()	FEIJOADA COM CARNE SUÍNA + FAROFA DE CENOURA + COUVE FOLHA REFOGADA + LARANJA PICADA + ARROZ (1 Prato fundo + 2 Unidades)	BOLO DE CENOURA + FRUTA + SUÇO DE TANGERINA (-)	PÊSSEGO (1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	KCAL: 1851.2315 / PTN: 71.996g (17.718%) CHO: 304.8482g (75.0223%) / LIP: 29.4993g (7.2597%)
28/10/2026 (Quarta-feira)	CAFÉ COM LEITE + BROA DOCE DE POLVILHO SEM GLÚTEN + BANANA (1 Caneca + 6 Unidades + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + ISCA BOVINA AO MOLHO + FAROFA DE CENOURA + SALADA DE ALFACE (1 PRATO FUNDO)	SORVETE CASEIRO COM FRUTAS PICADAS + BOLO DE CHOCOLATE (nulo)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + LASANHA DE FRANGO + SALADA DE BETERRABA, ALFACE E TOMATE (1 prato fundo)	KCAL: 2287.02 / PTN: 95.52g (18.9832%) CHO: 356.641g (70.8771%) / LIP: 51.021g (10.1397%)

29/10/2026 (Quinta-feira)	PÃO COM OVOS MEXIDOS + IOGURTE + FRUTAS PICADAS (1 Unidade + 1 Caneca)	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	PÃO COM NATA + SUCO DE ABACAXI + MAÇÃ (1 Unidade + 1 Colher de Sopa + 1 Caneca + 1 Unidade)	LARANJA E MAÇÃ (1 Unidade)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()	KCAL: 2076.9145 / PTN: 71.678g (14.7346%) CHO: 398.493g (81.917%) / LIP: 16.2885g (3.3484%)
30/10/2026 (Sexta-feira)	BOLO DE BANANA INTEGRAL (sem glúten) + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 Pedaco Médio + 1 Caneca)	STROGONOFF DE CARNE EM ISCAS + ARROZ COM BRÓCOLIS + FEIJÃO + BATATA GRATINADA COM AÇAFRÃO E ORÉGANO + SALADA (nulo)	SUCO DE UVA INTEGRAL + BOLO DE FEIJÃO COM CALDA DE CACAU + FRUTA ()	MELÃO (1 prato raso)	ARROZ + FEIJÃO + ISCAS DE PANELA + SALADA CRUA (Repolho, couve e cenoura) (Bebês: carne moída)	KCAL: 1967.7157 / PTN: 83.5114g (17.9545%) CHO: 361.5122g (77.7233%) / LIP: 20.1033g (4.3221%)

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES EM FUNÇÃO DA SAZONALIDADE, DISPONIBILIDADE DE PRODUTOS E ENTREGA DOS FORNECEDORES.

Andressa Carlos

Nº registro: 10079

Elisa Clezar Ferreira de Souza

Nº registro: 4849

PREFEITURA MUNICIPAL DE BALNEÁRIO RINCÃO
SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CARDÁPIO OUTUBRO/2026
INTEGRAL - BERÇÁRIO II / CEI I
INTOLERÂNCIA À LACTOSE

Data	Café da manhã	Almoço	Lanche 1	Lanche 2	Jantar
01/10/2026 (Quinta-feira)	TORRADA SEM GLÚTEN COM NATA + SUCO DE MARACUJÁ + MELANCIA (1 Prato raso + 1 Caneca + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE EM ISCAS ACEBOLADAS + CANOA ASSADA DE BATATA INGLESA COM AÇAFRÃO + SALADA (nulo)	SUCO DE UVA INTEGRAL + OMELETE DE LEGUMES S/ QUEIJO ()	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()
02/10/2026 (Sexta-feira)	CREPIOCA DE QUEIJO MUSSARELA S/ LACTOSE E ORÉGANO + SUCO DE UVA INTEGRAL + FRUTAS PICADAS (1 PRATO + 1 CANECA + 1 UN)	ARROZ + FRANGO DESFIADO COM MOLHO + SALADA DE ALFACE E TOMATE ()	TORRADA SEM GLÚTEN + SUCO DE UVA + FRUTA ()	PERA (1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ENSOPADO + FAROFA DE CENOURA + BATATA SAUTÉ (1 PRATO FUNDO)
05/10/2026 (Segunda-feira)	MINGAU DE AVEIA COM BANANA PICADA S/ LACTOSE (1 PRATO)	ARROZ + FEIJÃO + AIPIM COM CARNE MOÍDA + SALADA DE CENOURA E CHUCHU COZIDOS ()	TORRADA SEM GLÚTEN + SUCO DE UVA + FRUTA ()	SORVETE SAUDÁVEL (banana e morango) (1/2 Caneca)	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA + FEIJÃO + SALADA DE BETERRABA (1 Prato fundo + 1 Caneca)
06/10/2026 (Terça-feira)	SUCO DE TANGERINA + BOLO DE CHOCOLATE ZERO LACTOSE + FRUTA ()	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO + FEIJÃO + SOBRECOPA DE FRANGO ASSADA COM BATATA + BETERRABA COZIDA + SALADA DE ALFACE E RÚCULA (1 Prato fundo)	TORRADA SEM GLÚTEN + SUCO DE UVA + FRUTA ()	BANANA E LARANJA (1 Unidade + 1 Unidade)	FEIJOADA COM CARNE SUÍNA + FAROFA DE CENOURA + COUVE FOLHA REFOGADA + LARANJA PICADA + ARROZ (1 Prato fundo + 2 Unidades)
07/10/2026 (Quarta-feira)	BOLO DE CENOURA + FRUTA + SUCO DE TANGERINA (-)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ASSADO COM LEGUMES + PURÊ DE COUVE-FLORES ZERO LACTOSE (-)	SUCO DE TANGERINA + PIZZA DE CARNE MOÍDA, QUEIJO ZERO LACTOSE E BRÓCOLIS + FRUTA ()	MAMÃO E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ COLORIDO sem OVOS + FRANGO GRELHADO + BATATA SAUTÉ (1 prato)
08/10/2026 (Quinta-feira)	BOLO DE LARANJA (sem leite) + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 Pedaco Médio + 1 Caneca)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE EM ISCAS ACEBOLADAS + CANOA ASSADA DE BATATA INGLESA COM AÇAFRÃO + SALADA (nulo)	TORTA DE FRANGO (frango, milho, queijo s/ lactose e orégano) + SUCO DE ABACAXI (1 PRATO + 1 CANECA)	PÊSSEGO (1 UNIDADE)	MACARRONADA COM FRANGO + LEGUMES REFOGADOS (cenoura) (1 Prato fundo)
09/10/2026 (Sexta-feira)	WAFFLE S/ LACTOSE COM GELÉIA + VITAMINA DE BANANA, MORANGO E AVEIA S/ LACTOSE + FRUTA (1 UNIDADE + 1 CANECA + 1 UN)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()	SALADA DE FRUTAS COM IOGURTE ZERO LACTOSE ()	MELÃO (1 prato raso)	ARROZ + CARNE MOÍDA + PURÊ DE BATATA S/ LACTOSE (1 PRATO FUNDO)
12/10/2026 (Segunda-feira)	Nossa Senhora Aparecida				
13/10/2026 (Terça-feira)	MINGAU ZERO LACTOSE DE CHOCOLATE + BANANA PICADA ()	ARROZ + FEIJÃO + SUÍNO AO MOLHO + SALADA DE PEPINO (3 Colheres de Sopa + 2 Colheres de Sopa)	BOLO DE CENOURA + FRUTA + SUCO DE TANGERINA (-)	MAMÃO E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + CARNE MOÍDA + PURÊ DE BATATA S/ LACTOSE (1 PRATO FUNDO)
14/10/2026 (Quarta-feira)	TORRADA SEM GLÚTEN + SUCO DE UVA + FRUTA ()	ARROZ + FEIJÃO + FAROFA DE CENOURA + BATATA INGLESA RECHEADA COM CARNE MOÍDA + BRÓCOLIS COZIDOS (nulo)	SALADA DE FRUTAS COM IOGURTE ZERO LACTOSE ()	BANANA ORGÂNICA (1 Unidade)	ESCONDINHO ZERO LACTOSE DE CARNE MOÍDA E BATATA INGLESA + ARROZ + SALADA DE ALFACE (1 PRATO FUNDO)
15/10/2026 (Quinta-feira)	Dia do Professor				
16/10/2026 (Sexta-feira)	MINGAU ZERO LACTOSE DE AMIDO DE MILHO COM CÔCO E AMEIXA SECA COZIDA ()	ARROZ + FEIJÃO COM LINHAÇA+ ISCA BOVINA AO MOLHO + PURÊ DE BATATA ZERO LACTOSE + BRÓCOLIS COZIDO ()	TORRADA SEM GLÚTEN + SUCO DE MARACUJÁ + BANANA (3 UN + 1 CANECA + 1 UN)	SALADA DE FRUTAS COM IOGURTE ZERO LACTOSE ()	ARROZ + FEIJÃO + COXA/SOBRECOPA ASSADA COM AÇAFRÃO + SALADA DE ALFACE (1 Pedaco + 2 Colheres de Sopa)
19/10/2026 (Segunda-feira)	MINGAU ZERO LACTOSE DE CHOCOLATE + BANANA PICADA ()	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA + PURÊ DE BATATA SALSA ZERO LACTOSE ()	Leite com cacau ZERO lactose + Bolo de milho e fubá + Goiaba (-)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + OVO COZIDO + SALADA DE BRÓCOLIS (1 Unidade + 2 Colheres de Sopa)
20/10/2026 (Terça-feira)	TORRADA SEM GLÚTEN + SUCO DE UVA + FRUTA ()	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	BOLO DE AMENDOIM + VITAMINA DE BANANA, MORANGO E AVEIA S/ LACTOSE (1 UNIDADE + 1 CANECA + 1 UN)	BANANA E MAÇÃ (1 Unidade + 1 Unidade)	RISOTO DE FRANGO + FEIJÃO + SALADA DE REPOLHO, CEBOLA E CENOURA REFOGADOS (1 Prato fundo)

21/10/2026 (Quarta-feira)	PIZZA CASEIRA INTEGRAL DE FRANGO (S/ MANTEIGA) + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 PRATO RASO + 1 CANECA)	CARRETEIRO COM LEGUMES +FEIJÃO + SALADA VERDE (1 Prato fundo)	PIZZA CASEIRA INTEGRAL DE FRANGO (S/ MANTEIGA) + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 PRATO RASO + 1 CANECA)	BANANA E LARANJA (1 Unidade + 1 Unidade)	ARROZ + LASANHA ZERO LACTOSE DE CARNE MOÍDA + SALADA DE ALFACE E TOMATE (1 PRATO FUNDO)
22/10/2026 (Quinta-feira)	BOLO DE LARANJA (sem leite) + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 Pedaco Médio + 1 Caneca)	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA SUÍNA + FEIJÃO + FAROFA NUTRITIVA + SALADA DE LEGUMES REFOGADOS (1 Prato fundo)	PÃO COM OVOS MEXIDOS + IOGURTE S/ LACTOSE + FRUTAS PICADAS (1 PRATO + 1 CANECA + 1 un)	LARANJA E MAÇÃ (1 Unidade)	ARROZ COLORIDO COM OVOS E CEBOLINHA + FEIJÃO + FRANGO ASSADO COM BATATAS + FAROFA (1 Prato fundo)
23/10/2026 (Sexta-feira)	TORTA INTEGRAL DE CARNE BOVINA MOÍDA + SUCO DE UVA INTEGRAL + FRUTA ()	ARROZ + FEIJÃO + COXA/SOBRECOXA ASSADA COM AÇAFRÃO + SALADA DE CHUCHU (1 Pedaco + 2 Colheres de Sopa)	SUCO DE TANGERINA + BOLO DE CHOCOLATE ZERO LACTOSE + FRUTA ()	MAÇÃ E BANANA ORGÂNICA (1 Unidade + 1 Unidade)	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA + FEIJÃO + SALADA DE BETERRABA (1 Prato fundo + 1 Caneca)
26/10/2026 (Segunda-feira)	MINGAU DE AVEIA COM BANANA PICADA S/ LACTOSE (1 PRATO)	ARROZ + FRANGO DESFIADO COM MOLHO + SALADA DE ALFACE E TOMATE ()	BOLO DE BANANA INTEGRAL (sem glúten) + LEITE ZERO LACTOSE COM CACAU (-)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ENSOPADO + FAROFA DE CENOURA + BATATA SAUTÉ (1 PRATO FUNDO)
27/10/2026 (Terça-feira)	MINGAU ZERO LACTOSE DE CHOCOLATE + BANANA PICADA ()	FEIJOADA COM CARNE SUÍNA + FAROFA DE CENOURA + COUVE FOLHA REFOGADA + LARANJA PICADA + ARROZ (1 Prato fundo + 2 Unidades)	BOLO DE CENOURA + FRUTA + SUCO DE TANGERINA (-)	PÊSSEGO (1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)
28/10/2026 (Quarta-feira)	MINGAU ZERO LACTOSE DE AMIDO DE MILHO COM CÔCO E AMEIXA SECA COZIDA ()	ARROZ + FEIJÃO + ISCA BOVINA AO MOLHO + FAROFA DE CENOURA + SALADA DE ALFACE (1 PRATO FUNDO)	SORVETE CASEIRO COM FRUTAS PICADAS + BOLO DE CHOCOLATE (nulo)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FRANGO DESFIADO COM MOLHO + SALADA DE ALFACE E TOMATE ()
29/10/2026 (Quinta-feira)	PÃO COM OVOS MEXIDOS + IOGURTE S/ LACTOSE + FRUTAS PICADAS (1 PRATO + 1 CANECA + 1 un)	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	TORRADA SEM GLÚTEN + SUCO DE UVA + FRUTA ()	LARANJA E MAÇÃ (1 Unidade)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()
30/10/2026 (Sexta-feira)	BOLO DE BANANA INTEGRAL (sem glúten) + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 Pedaco Médio + 1 Caneca)	ARROZ + ISCA BOVINA AO MOLHO COM BATATA INGLESA + SALADA DE CENOURA (1 Prato Fundo + 2 Colheres de Sopa)	SUCO DE UVA INTEGRAL + CREAM CRACKER COM GELÉIA + FRUTA ()	MELÃO (1 prato raso)	ARROZ + FEIJÃO + ISCAS DE PANELA + SALADA CRUA (Repolho, couve e cenoura) (Bebês: carne moída)

Andressa Carlos
 Nº registro: 10079

Elisa Clezar Ferreira de Souza
 Nº registro: 4849

PREFEITURA MUNICIPAL DE BALNEÁRIO RINCÃO
SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CARDÁPIO OUTUBRO/2026
INTEGRAL - BERÇÁRIO II / CEI I
ALERGIA AO OVO

Data	Café da manhã	Almoço	Lanche 1	Lanche 2	Jantar
01/10/2026 (Quinta-feira)	SUCO DE MORANGO + TORRADA S/ GLÚTEN COM FRANGO E LEGUMES S/ LEITE E DERIVADOS ()	ARROZ + FEIJÃO + CARNE EM ISCAS ACEBOLADAS + CANOA ASSADA DE BATATA INGLESA COM AÇAFRÃO + SALADA (nulo)	SUCO DE UVA INTEGRAL + CREAM CRACKER (1 CANECA + 3 UNIDADES)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()
02/10/2026 (Sexta-feira)	CREPIOCA DE RICOTA E ORÉGANO + SUCO DE UVA INTEGRAL + FRUTAS PICADAS (1/2 Unidade + 1 Caneca + 1 Porção)	ARROZ + FRANGO DESFIADO COM MOLHO + SALADA DE ALFACE E TOMATE ()	TORRADA S/ GLÚTEN + CAFÉ COM LEITE ()	PERA (1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ENSOPADO + FAROFA DE CENOURA + BATATA SAUTÉ (1 PRATO FUNDO)
05/10/2026 (Segunda-feira)	MINGAU DE AVEIA COM BANANA PICADA (1 prato fundo)	ARROZ + FEIJÃO + AIPIM COM CARNE MOÍDA + SALADA DE CENOURA E CHUCHU COZIDOS ()	BISCOITO CREAM CRACKER + SUCO DE UVA INTEGRAL + FRUTA (6 Unidades + 1 Caneca + 1 Unidade)	SORVETE SAUDÁVEL (banana e morango) (1/2 Caneca)	MACARRÃO S/ GLÚTEN COM CARNE MOÍDA + SALADA CRUA + SUCO DE MARACUJÁ (1 prato fundo + 1 caneca)
06/10/2026 (Terça-feira)	WAFFLE DE BANANA E DOCE DE LEITE (sem ovos) + SUCO DE UVA INTEGRAL + FRUTA (1 prato + 1 caneca + 1 unidade)	MACARRÃO S/ GLÚTEN AO ALHO E ÓLEO + SOBRECOXA DE FRANGO ASSADA COM BATATA + BETERRABA COZIDA + SALADA DE ALFACE E RÚCULA (1 Prato fundo)	TORRADA SEM GLÚTEN + SUCO DE UVA + FRUTA ()	BANANA E LARANJA (1 Unidade + 1 Unidade)	FEIJOADA COM CARNE SUÍNA + FAROFA DE CENOURA + COUVE FOLHA REFOGADA + LARANJA PICADA + ARROZ (1 Prato fundo + 2 Unidades)
07/10/2026 (Quarta-feira)	TORRADA SEM GLÚTEN + SUCO DE MARACUJÁ + BANANA (3 UN + 1 CANECA + 1 UN)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ASSADO COM LEGUMES + FAROFA DE CENOURA + PURÊ DE COUVE-FLORES (-)	SUCO DE TANGERINA + PIZZA DE CARNE MOÍDA, QUEIJO E BRÓCOLIS + FRUTA ()	MAMÃO E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ COLORIDO sem OVOS + FRANGO GRELHADO + BATATA SAUTÉ (1 prato)
08/10/2026 (Quinta-feira)	BISCOITO CREAM CRACKER + CAFÉ COM LEITE + FRUTA (-)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE EM ISCAS ACEBOLADAS + CANOA ASSADA DE BATATA INGLESA COM AÇAFRÃO + SALADA (nulo)	SUCO DE ABACAXI E BISCOITO CREAM CRACKER (1 Caneca + 6 Unidades)	PÊSSEGO (1 UNIDADE)	MACARRONADA S/ GLÚTEN COM FRANGO DESFIADO + LEGUMES REFOGADOS (cenoura) (1 Prato fundo + 2 Unidades)
09/10/2026 (Sexta-feira)	WAFFLE COM NATA OU GELÉIA (sem ovos) + VITAMINA DE BANANA, MORANGO E AVEIA + FRUTA (1 prato + 1 caneca + 1 unidade)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()	SALADA DE FRUTAS + IOGURTE ()	MELÃO (1 prato raso)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA + PURÊ DE BATATA + SALADA VERDE (1 Prato fundo)
12/10/2026 (Segunda-feira)	Nossa Senhora Aparecida				
13/10/2026 (Terça-feira)	MINGAU DE CHOCOLATE + BANANA PICADA ()	ARROZ + FEIJÃO + SUÍNO AO MOLHO + SALADA DE PEPINO (3 Colheres de Sopa + 2 Colheres de Sopa)	TORRADA SEM GLÚTEN + SUCO DE MARACUJÁ + BANANA (3 UN + 1 CANECA + 1 UN)	MAMÃO E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA + PURÊ DE BATATA + SALADA VERDE (1 Prato fundo)
14/10/2026 (Quarta-feira)	LEITE COM CACAU + TORRADA SEM GLÚTEN COM QUEIJO + FRUTA (1 CANECA + 2 UN + 1 UN)	ARROZ + FEIJÃO + FAROFA DE CENOURA + BATATA INGLESA RECHEADA COM CARNE MOÍDA + BRÓCOLIS COZIDOS (nulo)	SALADA DE FRUTAS + IOGURTE ()	BANANA ORGÂNICA (1 Unidade)	ESCONDINHO DE CARNE MOÍDA E BATATA INGLESA + ARROZ + SALADA DE ALFACE (1 PRATO RASO)
15/10/2026 (Quinta-feira)	Dia do Professor				
16/10/2026 (Sexta-feira)	MINGAU DE AMIDO DE MILHO COM CÔCO E AMEIXA SECA COZIDA ()	ARROZ + FEIJÃO COM LINHAÇA+ ISCA BOVINA AO MOLHO + PURÊ DE BATATA + BRÓCOLIS COZIDO (1 PRATO FUNDO)	LEITE COM CACAU + TORRADA SEM GLÚTEN COM QUEIJO + FRUTA (1 CANECA + 2 UN + 1 UN)	SALADA DE FRUTAS + IOGURTE ()	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ASSADO COM BATATA INGLESA + CREME DE MILHO (-)
19/10/2026 (Segunda-feira)	MINGAU DE MAISENA COM BANANA PICADA (1 Prato raso)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA REFOGADA COM BATATA SALSA + COUVE FOLHA REFOGADA (nulo)	LEITE COM CACAU + BISCOITO CREAM CRACKER +GOIABA ()	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + COXA/SOBRECOXA ASSADA COM AÇAFRÃO + SALADA DE BRÓCOLIS (1 Pedaco + 2 Colheres de Sopa)
20/10/2026 (Terça-feira)	LEITE COM CACAU + TORRADA SEM GLÚTEN COM QUEIJO + FRUTA (1 CANECA + 2 UN + 1 UN)	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	BISCOITO CREAM CRACKER + VITAMINA DE BANANA, MORANGO E AVEIA + FRUTA (nulo)	BANANA E MAÇÃ (1 Unidade + 1 Unidade)	RISOTO DE FRANGO + FEIJÃO + SALADA DE REPOLHO, CEBOLA E CENOURA REFOGADOS (1 Prato fundo)

21/10/2026 (Quarta-feira)	PIZZA CASEIRA INTEGRAL DE FRANGO + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 Prato fundo + 1 Caneca)	CARRETEIRO COM LEGUMES +FEIJÃO + SALADA VERDE (1 Prato fundo)	PIZZA CASEIRA INTEGRAL DE FRANGO + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 Prato fundo + 1 Caneca)	BANANA E LARANJA (1 Unidade + 1 Unidade)	ARROZ + CARNE MOÍDA + SALADA DE ALFACE E TOMATE ()
22/10/2026 (Quinta-feira)	TORRADA S/ GLÚTEN + CAFÉ COM LEITE ()	MACARRÃO S/ GLÚTEN COM CARNE MOÍDA SUÍNA + FEIJÃO + FAROFA NUTRITIVA + SALADA DE LEGUMES REFOGADOS (1 Prato fundo)	TORRADA S/ GLÚTEN COM NATA + IOGURTE + FRUTAS PICADAS (1 PRATO + 1 CANECA)	LARANJA E MAÇÃ (1 Unidade)	ARROZ COLORIDO sem OVOS + FRANGO GRELHADO + BATATA SAUTÉ (1 prato)
23/10/2026 (Sexta-feira)	TORTA INTEGRAL DE CARNE BOVINA MOÍDA + SUCO DE UVA INTEGRAL + FRUTA ()	ARROZ + FEIJÃO + COXA/SOBRECOXA ASSADA COM AÇAFRÃO + SALADA DE CHUCHU (1 Pedaco + 2 Colheres de Sopa)	WAFFLE DE BANANA E DOCE DE LEITE (sem ovos) + SUCO DE UVA INTEGRAL + FRUTA (1 prato + 1 caneca + 1 unidade)	MAÇÃ E BANANA ORGÂNICA (1 Unidade + 1 Unidade)	MACARRÃO S/ GLÚTEN COM CARNE MOÍDA + SALADA CRUA + SUCO DE MARACUJÁ (1 prato fundo + 1 caneca)
26/10/2026 (Segunda-feira)	MINGAU DE AVEIA COM BANANA PICADA (1 prato fundo)	STROGONOFF DE FRANGO + ARROZ + FEIJÃO + SALADA DE ALFACE E TOMATE (1 Prato fundo + 2 Unidades)	SUCO DE UVA INTEGRAL + BANANA COZIDA OU GRELHADA COM CANELA + FRUTA ()	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ENSOPADO + FAROFA DE CENOURA + BATATA SAUTÉ (1 PRATO FUNDO)
27/10/2026 (Terça-feira)	MINGAU DE CHOCOLATE + BANANA PICADA ()	FEIJOADA COM CARNE SUÍNA + FAROFA DE CENOURA + COUVE FOLHA REFOGADA + LARANJA PICADA + ARROZ (1 Prato fundo + 2 Unidades)	TORRADA SEM GLÚTEN + SUCO DE MARACUJÁ + BANANA (3 UN + 1 CANECA + 1 UN)	PÊSSEGO (1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)
28/10/2026 (Quarta-feira)	MINGAU DE AMIDO DE MILHO COM CÔCO E AMEIXA SECA COZIDA ()	ARROZ + FEIJÃO + ISCA BOVINA AO MOLHO + FAROFA DE CENOURA + SALADA DE ALFACE (1 PRATO FUNDO)	SORVETE SAUDÁVEL (banana e morango) (1/2 Caneca)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FRANGO DESFIADO COM MOLHO + SALADA DE ALFACE E TOMATE ()
29/10/2026 (Quinta-feira)	TORRADA S/ GLÚTEN COM NATA + IOGURTE + FRUTAS PICADAS (1 PRATO + 1 CANECA)	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	TORRADA SEM GLÚTEN + SUCO DE UVA + FRUTA ()	LARANJA E MAÇÃ (1 Unidade)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()
30/10/2026 (Sexta-feira)	SUCO DE UVA INTEGRAL + CREAM CRACKER (1 CANECA + 3 UNIDADES)	STROGONOFF DE CARNE EM ISCAS + ARROZ COM BRÓCOLIS + FEIJÃO + BATATA GRATINADA COM AÇAFRÃO E ORÉGANO + SALADA (nulo)	SUCO DE ABACAXI E COOKIE (1 CANECA + 3 UN)	MELÃO (1 prato raso)	ARROZ + FEIJÃO + ISCAS DE PANELA + SALADA CRUA (Repolho, couve e cenoura) (Bebês: carne moída)

Andressa Carlos
 Nº registro: 10079

Elisa Clezar Ferreira de Souza
 Nº registro: 4849

PREFEITURA MUNICIPAL DE BALNEÁRIO RINCÃO
SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CARDÁPIO OUTUBRO/2026
INTEGRAL - BERÇÁRIO II / CEI I

Data	Café da manhã	Almoço	Lanche 1	Lanche 2	Jantar	Informações Nutricionais
01/10/2026 (Quinta-feira)	SUCO DE MORANGO + PÃO DE SANDUÍCHE (S/ CASCA) AMASSADO COM FRANGO E LEGUMES S/ LEITE E DERIVADOS ()	ARROZ + FEIJÃO + CARNE EM ISCAS ACEBOLADAS + CANOA ASSADA DE BATATA INGLESA COM AÇAFRÃO + SALADA (nulo)	SUCO DE UVA INTEGRAL + OMELETE DE FORNO DE LEGUMES + FRUTA (1 CANECA + 1 PRATO RASO)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()	KCAL: 2208.143 / PTN: 113.482g (22.1694%) CHO: 373.844g (73.0328%) / LIP: 24.559g (4.7978%)
02/10/2026 (Sexta-feira)	CREPIOCA DE RICOTA E ORÉGANO + SUCO DE UVA INTEGRAL + FRUTAS PICADAS (1/2 Unidade + 1 Caneca + 1 Porção)	ARROZ + LASANHA DE FRANGO + SALADA DE BETERRABA, ALFACE E TOMATE (1 prato fundo)	SUCO DE UVA INTEGRAL + PÃO DE BATATA CASEIRO COM NATA + FRUTA (nulo)	PERA (1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ENSOPADO + FAROFA DE CENOURA + BATATA SAUTÉ (1 PRATO FUNDO)	KCAL: 1522.5736 / PTN: 67.7613g (19.261%) CHO: 264.6382g (75.2227%) / LIP: 19.4067g (5.5163%)
05/10/2026 (Segunda-feira)	MINGAU DE AVEIA COM BANANA PICADA (1 prato fundo)	ARROZ + FEIJÃO + AIPIM COM CARNE MOÍDA + SALADA DE CENOURA E CHUCHU COZIDOS ()	SUCO DE UVA INTEGRAL + BOLO DE AMENDOIM + FRUTA (1 PRATO RASO + 1 caneca)	SORVETE SAUDÁVEL (banana e morango) (1/2 Caneca)	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA + FEIJÃO + SALADA DE BETERRABA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	KCAL: 1415.232 / PTN: 59.176g (17.8688%) CHO: 261.131g (78.851%) / LIP: 10.863g (3.2802%)
06/10/2026 (Terça-feira)	CAFÉ COM LEITE + BOLO DE CHOCOLATE + FRUTA (-)	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO + FEIJÃO + SOBRECOXA DE FRANGO ASSADA COM BATATA + BETERRABA COZIDA + SALADA DE ALFACE E RÚCULA (1 Prato fundo)	PÃO COM NATA + SUCO DE ABACAXI + MAÇÃ (1 Unidade + 1 Colher de Sopa + 1 Caneca + 1 Unidade)	BANANA E LARANJA (1 Unidade + 1 Unidade)	FEIJOADA COM CARNE SUÍNA + FAROFA DE CENOURA + COUVE FOLHA REFOGADA + LARANJA PICADA + ARROZ (1 Prato fundo + 2 Unidades)	KCAL: 2424.984 / PTN: 72.393g (13.3019%) CHO: 443.594g (81.5087%) / LIP: 28.242g (5.1894%)
07/10/2026 (Quarta-feira)	BOLO DE CENOURA + FRUTA + SUCO DE TANGERINA (-)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ASSADO COM LEGUMES + FAROFA DE CENOURA + PURÊ DE COUVE-FLORES (-)	SUCO DE TANGERINA + PIZZA DE CARNE MOÍDA, QUEIJO E BRÓCOLIS + FRUTA ()	MAMÃO E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ COLORIDO sem OVOS + FRANGO GRELHADO + BATATA SAUTÉ (1 prato)	KCAL: 2529.006 / PTN: 90.6235g (15.5225%) CHO: 453.2156g (77.6291%) / LIP: 39.9824g (6.8484%)
08/10/2026 (Quinta-feira)	BOLO DE LARANJA + LEITE COM CACAU + FRUTA (1 Pedaco Médio + 1 Caneca)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE EM ISCAS ACEBOLADAS + CANOA ASSADA DE BATATA INGLESA COM AÇAFRÃO + SALADA (nulo)	TORTA DE FRANGO (frango, milho, queijo e orégano) + SUCO DE TANGERINA + FRUTA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	PÊSSEGO (1 UNIDADE)	MACARRONADA COM FRANGO + LEGUMES REFOGADOS (cenoura) (1 Prato fundo)	KCAL: 1763.5145 / PTN: 98.204g (24.1116%) CHO: 284.4835g (69.848%) / LIP: 24.602g (6.0404%)
09/10/2026 (Sexta-feira)	WAFFLE COM NATA OU GELÉIA + VITAMINA DE BANANA, MORANGO E AVEIA + FRUTA (1 Prato raso + 1 Caneca + 1 Unidade)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()	SALADA DE FRUTAS + IOGURTE ()	MELÃO (1 prato raso)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA + PURÊ DE BATATA + SALADA VERDE (1 Prato fundo)	KCAL: 1875.179 / PTN: 81.252g (20.8558%) CHO: 295.112g (75.7494%) / LIP: 13.226g (3.3949%)
12/10/2026 (Segunda-feira)	Nossa Senhora Aparecida					

13/10/2026 (Terça-feira)	MINGAU DE CHOCOLATE + BANANA PICADA ()	ARROZ + FEIJÃO + SUÍNO AO MOLHO + SALADA DE PEPINO (3 Colheres de Sopa + 2 Colheres de Sopa)	BOLO DE CENOURA + FRUTA + SUCO DE TANGERINA (-)	MAMÃO E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA + PURÊ DE BATATA + SALADA VERDE (1 Prato fundo)	KCAL: 1898.5845 / PTN: 74.9165g (17.8323%) CHO: 315.9985g (75.2166%) / LIP: 29.203g (6.9511%)
14/10/2026 (Quarta-feira)	LEITE COM CACAU + PÃO COM QUEIJO + FRUTA (1 CANECA + 1 PRATO RASO + 1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO + FAROFA DE CENOURA + BATATA INGLESA RECHEADA COM CARNE MOÍDA + BRÓCOLIS COZIDOS (nulo)	SALADA DE FRUTAS + IOGURTE ()	BANANA ORGÂNICA (1 Unidade)	ESCONDINHO DE CARNE MOÍDA E BATATA INGLESA + ARROZ + SALADA DE ALFACE (1 PRATO RASO)	KCAL: 1603.447 / PTN: 67.065g (17.7824%) CHO: 296.542g (78.6285%) / LIP: 13.536g (3.5891%)
15/10/2026 (Quinta-feira)	Dia do Professor					
16/10/2026 (Sexta-feira)	MINGAU DE AMIDO DE MILHO COM CÔCO E AMEIXA SECA COZIDA ()	ARROZ + FEIJÃO COM LINHAÇA+ ISCA BOVINA AO MOLHO + PURÊ DE BATATA + BRÓCOLIS COZIDO (1 PRATO FUNDO)	PÃO COM PATÊ DE OVOS COZIDOS E RICOTA + SUCO DE TANGERINA + FRUTA ()	SALADA DE FRUTAS + IOGURTE ()	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ASSADO COM BATATA INGLESA + CREME DE MILHO (-)	KCAL: 2034.2939 / PTN: 95.2485g (22.2347%) CHO: 308.0645g (71.9143%) / LIP: 25.064g (5.8509%)
19/10/2026 (Segunda-feira)	MINGAU DE MAISENA COM BANANA PICADA (1 Prato raso)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA REFOGADA COM BATATA SALSA + COUVE FOLHA REFOGADA (nulo)	Leite com cacau + Bolo de milho e fubá + Goiaba (1 unidade)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + OVO COZIDO + SALADA DE BRÓCOLIS (1 Unidade + 2 Colheres de Sopa)	KCAL: 1609.4315 / PTN: 66.5036g (19.3298%) CHO: 256.1612g (74.4554%) / LIP: 21.3816g (6.2147%)
20/10/2026 (Terça-feira)	CAFÉ COM LEITE + PÃO DE BATATA RECHEADO COM QUEIJO + FRUTA ()	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	BOLO DE AMENDOIM + VITAMINA DE BANANA, MORANGO E AVEIA (1 Pedaco + 1 Caneca)	BANANA E MAÇÃ (1 Unidade + 1 Unidade)	RISOTO DE FRANGO + FEIJÃO + SALADA DE REPOLHO, CEBOLA E CENOURA REFOGADOS (1 Prato fundo)	KCAL: 1734.3349 / PTN: 77.5513g (19.7506%) CHO: 295.406g (75.2334%) / LIP: 19.6955g (5.016%)
21/10/2026 (Quarta-feira)	PIZZA CASEIRA INTEGRAL DE FRANGO + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 Prato fundo + 1 Caneca)	CARRETEIRO COM LEGUMES +FEIJÃO + SALADA VERDE (1 Prato fundo)	PIZZA CASEIRA INTEGRAL DE FRANGO + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 Prato fundo + 1 Caneca)	BANANA E LARANJA (1 Unidade + 1 Unidade)	ARROZ + LASANHA DE CARNE MOÍDA + SALADA DE ALFACE E TOMATE (1 prato fundo)	KCAL: 2791.2544 / PTN: 122.7568g (19.5541%) CHO: 479.2388g (76.3387%) / LIP: 25.7844g (4.1072%)
22/10/2026 (Quinta-feira)	BOLO DE LARANJA + CAFÉ COM LEITE + FRUTA (1 PRATO + 1 CANECA)	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA SUÍNA + FEIJÃO + FAROFA NUTRITIVA + SALADA DE LEGUMES REFOGADOS (1 Prato fundo)	PÃO COM OVOS MEXIDOS + IOGURTE + FRUTAS PICADAS (1 Unidade + 1 Caneca)	LARANJA E MAÇÃ (1 Unidade)	ARROZ COLORIDO COM OVOS E CEBOLINHA + FEIJÃO + FRANGO ASSADO COM BATATAS + FAROFA (1 Prato fundo)	KCAL: 2048.862 / PTN: 88.5831g (19.3124%) CHO: 340.8956g (74.3203%) / LIP: 29.2057g (6.3673%)
23/10/2026 (Sexta-feira)	TORTA INTEGRAL DE CARNE BOVINA MOÍDA + SUCO DE UVA INTEGRAL + FRUTA ()	ARROZ + FEIJÃO + COXA/SOBRECOXA ASSADA COM AÇAFRÃO + SALADA DE CHUCHU (1 Pedaco + 2 Colheres de Sopa)	CAFÉ COM LEITE + BOLO DE CHOCOLATE + FRUTA (-)	MAÇÃ E BANANA ORGÂNICA (1 Unidade + 1 Unidade)	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA + FEIJÃO + SALADA DE BETERRABA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	KCAL: 1961.645 / PTN: 74.448g (16.277%) CHO: 356.1305g (77.8631%) / LIP: 26.802g (5.8599%)
26/10/2026 (Segunda-feira)	MINGAU DE AVEIA COM BANANA PICADA (1 prato fundo)	STROGONOFF DE FRANGO + ARROZ + FEIJÃO + SALADA DE ALFACE E TOMATE (1 Prato fundo + 2 Unidades)	BOLO DE BANANA INTEGRAL (sem glúten) + LEITE COM CACAU (1 Pedaco Médio + 1 Caneca)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ENSOPADO + FAROFA DE CENOURA + BATATA SAUTÉ (1 PRATO FUNDO)	KCAL: 1511.3613 / PTN: 68.1589g (18.7575%) CHO: 282.3952g (77.7161%) / LIP: 12.8138g (3.5264%)
27/10/2026 (Terça-feira)	MINGAU DE CHOCOLATE + BANANA PICADA ()	FEIJOADA COM CARNE SUÍNA + FAROFA DE CENOURA + COUVE FOLHA REFOGADA + LARANJA PICADA + ARROZ (1 Prato fundo + 2 Unidades)	BOLO DE CENOURA + FRUTA + SUCO DE TANGERINA (-)	PÊSSEGO (1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	KCAL: 1769.374 / PTN: 68.5315g (17.5229%) CHO: 292.8835g (74.8878%) / LIP: 29.6815g (7.5893%)

28/10/2026 (Quarta-feira)	MINGAU DE AMIDO DE MILHO COM CÔCO E AMEIXA SECA COZIDA ()	ARROZ + FEIJÃO + ISCA BOVINA AO MOLHO + FAROFA DE CENOURA + SALADA DE ALFACE (1 PRATO FUNDO)	SORVETE CASEIRO COM FRUTAS PICADAS + BOLO DE CHOCOLATE (nulo)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + LASANHA DE FRANGO + SALADA DE BETERRABA, ALFACE E TOMATE (1 prato fundo)	KCAL: 2131.2665 / PTN: 87.9305g (18.6806%) CHO: 341.0525g (72.4555%) / LIP: 41.723g (8.8639%)
29/10/2026 (Quinta-feira)	PÃO COM OVOS MEXIDOS + IOGURTE + FRUTAS PICADAS (1 Unidade + 1 Caneca)	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	PÃO COM NATA + SUCO DE ABACAXI + MAÇÃ (1 Unidade + 1 Colher de Sopa + 1 Caneca + 1 Unidade)	LARANJA E MAÇÃ (1 Unidade)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()	KCAL: 2076.9145 / PTN: 71.678g (14.7346%) CHO: 398.493g (81.917%) / LIP: 16.2885g (3.3484%)
30/10/2026 (Sexta-feira)	BOLO DE BANANA INTEGRAL (sem glúten) + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 Pedaco Médio + 1 Caneca)	STROGONOFF DE CARNE EM ISCAS + ARROZ COM BRÓCOLIS + FEIJÃO + BATATA GRATINADA COM AÇAFRÃO E ORÉGANO + SALADA (nulo)	SUCO DE UVA INTEGRAL + BOLO DE FEIJÃO COM CALDA DE CACAU + FRUTA ()	MELÃO (1 prato raso)	ARROZ + FEIJÃO + ISCAS DE PANELA + SALADA CRUA (Repolho, couve e cenoura) (Bebês: carne moída)	KCAL: 1967.7157 / PTN: 83.5114g (17.9545%) CHO: 361.5122g (77.7233%) / LIP: 20.1033g (4.3221%)

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES EM FUNÇÃO DA SAZONALIDADE, DISPONIBILIDADE DE PRODUTOS E ENTREGA DOS FORNECEDORES.

Andressa Carlos
Nº registro: 10079

Elisa Clezar Ferreira de Souza
Nº registro: 4849

PREFEITURA MUNICIPAL DE BALNEÁRIO RINCÃO
SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CARDÁPIO OUTUBRO/2026
INTEGRAL - BERÇÁRIO I
INTOLERÂNCIA À LACTOSE

Data	Café da manhã	Almoço	Lanche 1	Lanche 2	Jantar
01/10/2026 (Quinta-feira)	MINGAU DE LEITE VEGETAL, AMIDO DE MILHO, CÔCO E AMEIXA SECA COZIDA ()	BERÇARIO - ARROZ + PURÊ DE ABÓBORA COM CARNE MOÍDA (1 PRATO FUNDO)	SUCO DE UVA INTEGRAL + OMELETE DE LEGUMES S/ QUEIJO ()	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()
02/10/2026 (Sexta-feira)	CREPIOCA DE QUEIJO MUSSARELA S/ LACTOSE E ORÉGANO + SUCO DE UVA INTEGRAL + FRUTAS PICADAS (1 PRATO + 1 CANECA + 1 UN)	ARROZ + FRANGO DESFIADO COM MOLHO + SALADA DE ALFACE E TOMATE ()	MINGAU DE LEITE VEGETAL COM AVEIA + BANANA PICADA ()	PERA (1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ENSOPADO + FAROFA DE CENOURA + BATATA SAUTÉ (1 PRATO FUNDO)
05/10/2026 (Segunda-feira)	MINGAU DE AVEIA COM BANANA PICADA S/ LACTOSE (1 PRATO)	ARROZ + FEIJÃO + AIPIM COM CARNE MOÍDA + SALADA DE CENOURA E CHUCHU COZIDOS ()	MINGAU DE LEITE VEGETAL COM AVEIA + BANANA PICADA ()	SORVETE SAUDÁVEL (banana e morango) (1/2 Caneca)	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA + FEIJÃO + SALADA DE BETERRABA (1 Prato fundo + 1 Caneca)
06/10/2026 (Terça-feira)	SUCO DE TANGERINA + BOLO DE CHOCOLATE ZERO LACTOSE + FRUTA ()	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO + FEIJÃO + SOBRECOPA DE FRANGO ASSADA COM BATATA + BETERRABA COZIDA + SALADA DE ALFACE E RÚCULA (1 Prato fundo)	MINGAU DE LEITE VEGETAL COM AVEIA + BANANA PICADA ()	BANANA E LARANJA (1 Unidade + 1 Unidade)	FEIJOADA COM CARNE SUÍNA + FAROFA DE CENOURA + COUVE FOLHA REFOGADA + LARANJA PICADA + ARROZ (1 Prato fundo + 2 Unidades)
07/10/2026 (Quarta-feira)	BOLO DE CENOURA + FRUTA + SUCO DE TANGERINA (-)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ASSADO COM LEGUMES + PURÊ DE COUVE-FLORES ZERO LACTOSE (-)	SUCO DE TANGERINA + PIZZA DE CARNE MOÍDA, QUEIJO ZERO LACTOSE E BRÓCOLIS + FRUTA ()	MAMÃO E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ COLORIDO sem OVOS + FRANGO GRELHADO + BATATA SAUTÉ (1 prato)
08/10/2026 (Quinta-feira)	BOLO DE LARANJA (sem leite) + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 Pedaco Médio + 1 Caneca)	BERÇARIO - ARROZ + CARNE MOÍDA + PURÊ ()	TORTA DE FRANGO (frango, milho, queijo s/ lactose e orégano) + SUCO DE ABACAXI (1 PRATO + 1 CANECA)	PÊSSEGO (1 UNIDADE)	MACARRONADA COM FRANGO + LEGUMES REFOGADOS (cenoura) (1 Prato fundo)
09/10/2026 (Sexta-feira)	WAFFLE S/ LACTOSE COM GELÉIA + VITAMINA DE BANANA, MORANGO E AVEIA S/ LACTOSE + FRUTA (1 UNIDADE + 1 CANECA + 1 UN)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()	SALADA DE FRUTAS COM IOGURTE ZERO LACTOSE ()	MELÃO (1 prato raso)	ARROZ + CARNE MOÍDA + PURÊ DE BATATA S/ LACTOSE (1 PRATO FUNDO)
12/10/2026 (Segunda-feira)	Nossa Senhora Aparecida				
13/10/2026 (Terça-feira)	MINGAU ZERO LACTOSE DE CHOCOLATE + BANANA PICADA ()	ARROZ + FEIJÃO + SUÍNO AO MOLHO + SALADA DE PEPINO (3 Colheres de Sopa + 2 Colheres de Sopa)	BOLO DE CENOURA + FRUTA + SUCO DE TANGERINA (-)	MAMÃO E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + CARNE MOÍDA + PURÊ DE BATATA S/ LACTOSE (1 PRATO FUNDO)
14/10/2026 (Quarta-feira)	MINGAU DE LEITE VEGETAL COM AVEIA + BANANA PICADA ()	ARROZ + FEIJÃO + FAROFA DE CENOURA + BATATA INGLESA RECHEADA COM CARNE MOÍDA + BRÓCOLIS COZIDOS (nulo)	SALADA DE FRUTAS COM IOGURTE ZERO LACTOSE ()	BANANA ORGÂNICA (1 Unidade)	ESCONDINHO ZERO LACTOSE DE CARNE MOÍDA E BATATA INGLESA + ARROZ + SALADA DE ALFACE (1 PRATO FUNDO)
15/10/2026 (Quinta-feira)	Dia do Professor				
16/10/2026 (Sexta-feira)	MINGAU ZERO LACTOSE DE AMIDO DE MILHO COM CÔCO E AMEIXA SECA COZIDA ()	BERÇARIO - MINESTRA COM OVO PICADO + LEGUMES COZIDOS ()	MINGAU DE LEITE VEGETAL COM AVEIA + BANANA PICADA ()	SALADA DE FRUTAS COM IOGURTE ZERO LACTOSE ()	ARROZ + FEIJÃO + COXA/SOBRECOPA ASSADA COM AÇAFRÃO + SALADA DE ALFACE (1 Pedaco + 2 Colheres de Sopa)
19/10/2026 (Segunda-feira)	MINGAU ZERO LACTOSE DE CHOCOLATE + BANANA PICADA ()	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA + PURÊ DE BATATA SALSA ZERO LACTOSE ()	Leite com cacau ZERO lactose + Bolo de milho e fubá + Goiaba (-)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + OVO COZIDO + SALADA DE BRÓCOLIS (1 Unidade + 2 Colheres de Sopa)
20/10/2026 (Terça-feira)	MINGAU DE LEITE VEGETAL E CHOCOLATE + BANANA PICADA ()	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	BOLO DE AMENDOIM + VITAMINA DE BANANA, MORANGO E AVEIA S/ LACTOSE (1 UNIDADE + 1 CANECA + 1 UN)	BANANA E MAÇÃ (1 Unidade + 1 Unidade)	RISOTO DE FRANGO + FEIJÃO + SALADA DE REPOLHO, CEBOLA E CENOURA REFOGADOS (1 Prato fundo)

21/10/2026 (Quarta-feira)	PIZZA CASEIRA INTEGRAL DE FRANGO (S/ MANTEIGA) + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 PRATO RASO + 1 CANECA)	CARRETEIRO COM LEGUMES +FEIJÃO + SALADA VERDE (1 Prato fundo)	PIZZA CASEIRA INTEGRAL DE FRANGO (S/ MANTEIGA) + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 PRATO RASO + 1 CANECA)	BANANA E LARANJA (1 Unidade + 1 Unidade)	ARROZ + LASANHA ZERO LACTOSE DE CARNE MOÍDA + SALADA DE ALFACE E TOMATE (1 PRATO FUNDO)
22/10/2026 (Quinta-feira)	BOLO DE LARANJA (sem leite) + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 Pedaco Médio + 1 Caneca)	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA SUÍNA + FEIJÃO + FAROFA NUTRITIVA + SALADA DE LEGUMES REFOGADOS (1 Prato fundo)	PÃO COM OVOS MEXIDOS + IOGURTE S/ LACTOSE + FRUTAS PICADAS (1 PRATO + 1 CANECA + 1 un)	LARANJA E MAÇÃ (1 Unidade)	ARROZ COLORIDO COM OVOS E CEBOLINHA + FEIJÃO + FRANGO ASSADO COM BATATAS + FAROFA (1 Prato fundo)
23/10/2026 (Sexta-feira)	TORTA INTEGRAL DE CARNE BOVINA MOÍDA + SUCO DE UVA INTEGRAL + FRUTA ()	ARROZ + FEIJÃO + COXA/SOBRECOXA ASSADA COM AÇAFRÃO + SALADA DE CHUCHU (1 Pedaco + 2 Colheres de Sopa)	SUCO DE TANGERINA + BOLO DE CHOCOLATE ZERO LACTOSE + FRUTA ()	MAÇÃ E BANANA ORGÂNICA (1 Unidade + 1 Unidade)	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA + FEIJÃO + SALADA DE BETERRABA (1 Prato fundo + 1 Caneca)
26/10/2026 (Segunda-feira)	MINGAU DE AVEIA COM BANANA PICADA S/ LACTOSE (1 PRATO)	ARROZ + FRANGO DESFIADO COM MOLHO + SALADA DE ALFACE E TOMATE ()	BOLO DE BANANA INTEGRAL (sem glúten) + LEITE ZERO LACTOSE COM CACAU (-)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ENSOPADO + FAROFA DE CENOURA + BATATA SAUTÉ (1 PRATO FUNDO)
27/10/2026 (Terça-feira)	MINGAU ZERO LACTOSE DE CHOCOLATE + BANANA PICADA ()	FEIJOADA COM CARNE SUÍNA + FAROFA DE CENOURA + COUVE FOLHA REFOGADA + LARANJA PICADA + ARROZ (1 Prato fundo + 2 Unidades)	BOLO DE CENOURA + FRUTA + SUCO DE TANGERINA (-)	PÊSSEGO (1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)
28/10/2026 (Quarta-feira)	MINGAU ZERO LACTOSE DE AMIDO DE MILHO COM CÔCO E AMEIXA SECA COZIDA ()	BERÇARIO - CANJA DE FRANGO ()	SORVETE CASEIRO COM FRUTAS PICADAS + BOLO DE CHOCOLATE (nulo)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FRANGO DESFIADO COM MOLHO + SALADA DE ALFACE E TOMATE ()
29/10/2026 (Quinta-feira)	PÃO COM OVOS MEXIDOS + IOGURTE S/ LACTOSE + FRUTAS PICADAS (1 PRATO + 1 CANECA + 1 un)	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	MINGAU DE LEITE VEGETAL COM AVEIA + BANANA PICADA ()	LARANJA E MAÇÃ (1 Unidade)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()
30/10/2026 (Sexta-feira)	BOLO DE BANANA INTEGRAL (sem glúten) + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 Pedaco Médio + 1 Caneca)	BERÇÁRIO - PURÊ DE BATATA + CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA COZIDA PICADA (1 PRATO FUNDO)	MINGAU DE LEITE VEGETAL E CHOCOLATE + BANANA PICADA ()	MELÃO (1 prato raso)	BERÇARIO - SOPA DE LEGUMES e CARNE BOVINA (1 PRATO FUNDO)

Andressa Carlos
 Nº registro: 10079

Elisa Clezar Ferreira de Souza
 Nº registro: 4849

PREFEITURA MUNICIPAL DE BALNEÁRIO RINCÃO
SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CARDÁPIO OUTUBRO/2026
INTEGRAL - BERÇÁRIO I

Data	Café da manhã	Almoço	Lanche 1	Lanche 2	Jantar	Informações Nutricionais
01/10/2026 (Quinta-feira)	SUCO DE MORANGO + PÃO DE SANDUÍCHE (S/ CASCA) AMASSADO COM FRANGO E LEGUMES S/ LEITE E DERIVADOS ()	BERÇARIO - ARROZ + PURÊ DE ABÓBORA COM CARNE MOÍDA (1 PRATO FUNDO)	SUCO DE UVA INTEGRAL + OMELETE DE FORNO DE LEGUMES + FRUTA (1 CANECA + 1 PRATO RASO)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()	KCAL: 1933.779 / PTN: 94.749g (21.4235%) CHO: 324.556g (73.3848%) / LIP: 22.961g (5.1917%)
02/10/2026 (Sexta-feira)	CREPIOCA DE RICOTA E ORÉGANO + SUCO DE UVA INTEGRAL + FRUTAS PICADAS (1/2 Unidade + 1 Caneca + 1 Porção)	ARROZ + LASANHA DE FRANGO + SALADA DE BETERRABA, ALFACE E TOMATE (1 prato fundo)	SUCO DE UVA INTEGRAL + PÃO DE BATATA CASEIRO COM NATA + FRUTA (nulo)	PERA (1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ENSOPADO + FAROFA DE CENOURA + BATATA SAUTÉ (1 PRATO FUNDO)	KCAL: 1522.5736 / PTN: 67.7613g (19.261%) CHO: 264.6382g (75.2227%) / LIP: 19.4067g (5.5163%)
05/10/2026 (Segunda-feira)	MINGAU DE AVEIA COM BANANA PICADA (1 prato fundo)	ARROZ + FEIJÃO + AIPIM COM CARNE MOÍDA + SALADA DE CENOURA E CHUCHU COZIDOS ()	SUCO DE UVA INTEGRAL + BOLO DE AMENDOIM + FRUTA (1 PRATO RASO + 1 caneca)	SORVETE SAUDÁVEL (banana e morango) (1/2 Caneca)	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA + FEIJÃO + SALADA DE BETERRABA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	KCAL: 1415.232 / PTN: 59.176g (17.8688%) CHO: 261.131g (78.851%) / LIP: 10.863g (3.2802%)
06/10/2026 (Terça-feira)	CAFÉ COM LEITE + BOLO DE CHOCOLATE + FRUTA (-)	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO + FEIJÃO + SOBRECOXA DE FRANGO ASSADA COM BATATA + BETERRABA COZIDA + SALADA DE ALFACE E RÚCULA (1 Prato fundo)	PÃO COM NATA + SUCO DE ABACAXI + MAÇÃ (1 Unidade + 1 Colher de Sopa + 1 Caneca + 1 Unidade)	BANANA E LARANJA (1 Unidade + 1 Unidade)	FEIJOADA COM CARNE SUÍNA + FAROFA DE CENOURA + COUVE FOLHA REFOGADA + LARANJA PICADA + ARROZ (1 Prato fundo + 2 Unidades)	KCAL: 2424.984 / PTN: 72.393g (13.3019%) CHO: 443.594g (81.5087%) / LIP: 28.242g (5.1894%)
07/10/2026 (Quarta-feira)	BOLO DE CENOURA + FRUTA + SUCO DE TANGERINA (-)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ASSADO COM LEGUMES + FAROFA DE CENOURA + PURÊ DE COUVE-FLORES (-)	SUCO DE TANGERINA + PIZZA DE CARNE MOÍDA, QUEIJO E BRÓCOLIS + FRUTA ()	MAMÃO E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ COLORIDO sem OVOS + FRANGO GRELHADO + BATATA SAUTÉ (1 prato)	KCAL: 2529.006 / PTN: 90.6235g (15.5225%) CHO: 453.2156g (77.6291%) / LIP: 39.9824g (6.8484%)
08/10/2026 (Quinta-feira)	BOLO DE LARANJA + LEITE COM CACAU + FRUTA (1 Pedaco Médio + 1 Caneca)	BERÇARIO - ARROZ + CARNE MOÍDA + PURÊ ()	TORTA DE FRANGO (frango, milho, queijo e orégano) + SUCO DE TANGERINA + FRUTA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	PÊSSEGO (1 UNIDADE)	MACARRONADA COM FRANGO + LEGUMES REFOGADOS (cenoura) (1 Prato fundo)	KCAL: 1588.2675 / PTN: 84.268g (23.1574%) CHO: 254.6155g (69.97%) / LIP: 25.009g (6.8726%)
09/10/2026 (Sexta-feira)	WAFFLE COM NATA OU GELÉIA + VITAMINA DE BANANA, MORANGO E AVEIA + FRUTA (1 Prato raso + 1 Caneca + 1 Unidade)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()	SALADA DE FRUTAS + IOGURTE ()	MELÃO (1 prato raso)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA + PURÊ DE BATATA + SALADA VERDE (1 Prato fundo)	KCAL: 1875.179 / PTN: 81.252g (20.8558%) CHO: 295.112g (75.7494%) / LIP: 13.226g (3.3949%)
12/10/2026 (Segunda-feira)	Nossa Senhora Aparecida					

13/10/2026 (Terça-feira)	MINGAU DE CHOCOLATE + BANANA PICADA ()	ARROZ + FEIJÃO + SUÍNO AO MOLHO + SALADA DE PEPINO (3 Colheres de Sopa + 2 Colheres de Sopa)	BOLO DE CENOURA + FRUTA + SUCO DE TANGERINA (-)	MAMÃO E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA + PURÊ DE BATATA + SALADA VERDE (1 Prato fundo)	KCAL: 1898.5845 / PTN: 74.9165g (17.8323%) CHO: 315.9985g (75.2166%) / LIP: 29.203g (6.9511%)
14/10/2026 (Quarta-feira)	LEITE COM CACAU + PÃO COM QUEIJO + FRUTA (1 CANECA + 1 PRATO RASO + 1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO + FAROFA DE CENOURA + BATATA INGLESA RECHEADA COM CARNE MOÍDA + BRÓCOLIS COZIDOS (nulo)	SALADA DE FRUTAS + IOGURTE ()	BANANA ORGÂNICA (1 Unidade)	ESCONDINHO DE CARNE MOÍDA E BATATA INGLESA + ARROZ + SALADA DE ALFACE (1 PRATO RASO)	KCAL: 1603.447 / PTN: 67.065g (17.7824%) CHO: 296.542g (78.6285%) / LIP: 13.536g (3.5891%)
15/10/2026 (Quinta-feira)	Dia do Professor					
16/10/2026 (Sexta-feira)	MINGAU DE AMIDO DE MILHO COM CÔCO E AMEIXA SECA COZIDA ()	BERÇARIO - MINISTRA COM OVO PICADO + LEGUMES COZIDOS ()	PÃO COM PATÊ DE OVOS COZIDOS E RICOTA + SUCO DE TANGERINA + FRUTA ()	SALADA DE FRUTAS + IOGURTE ()	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ASSADO COM BATATA INGLESA + CREME DE MILHO (-)	KCAL: 1943.8605 / PTN: 88.4445g (21.4042%) CHO: 296.3375g (71.716%) / LIP: 28.428g (6.8798%)
19/10/2026 (Segunda-feira)	MINGAU DE MAISENA COM BANANA PICADA (1 Prato raso)	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA REFOGADA COM BATATA SALSA + COUVE FOLHA REFOGADA (nulo)	Leite com cacau + Bolo de milho e fubá + Goiaba (1 unidade)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + OVO COZIDO + SALADA DE BRÓCOLIS (1 Unidade + 2 Colheres de Sopa)	KCAL: 1609.4315 / PTN: 66.5036g (19.3298%) CHO: 256.1612g (74.4554%) / LIP: 21.3816g (6.2147%)
20/10/2026 (Terça-feira)	CAFÉ COM LEITE + PÃO DE BATATA RECHEADO COM QUEIJO + FRUTA ()	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	BOLO DE AMENDOIM + VITAMINA DE BANANA, MORANGO E AVEIA (1 Pedaco + 1 Caneca)	BANANA E MAÇÃ (1 Unidade + 1 Unidade)	RISOTO DE FRANGO + FEIJÃO + SALADA DE REPOLHO, CEBOLA E CENOURA REFOGADOS (1 Prato fundo)	KCAL: 1734.3349 / PTN: 77.5513g (19.7506%) CHO: 295.406g (75.2334%) / LIP: 19.6955g (5.016%)
21/10/2026 (Quarta-feira)	PIZZA CASEIRA INTEGRAL DE FRANGO + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 Prato fundo + 1 Caneca)	CARRETEIRO COM LEGUMES +FEIJÃO + SALADA VERDE (1 Prato fundo)	PIZZA CASEIRA INTEGRAL DE FRANGO + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 Prato fundo + 1 Caneca)	BANANA E LARANJA (1 Unidade + 1 Unidade)	ARROZ + LASANHA DE CARNE MOÍDA + SALADA DE ALFACE E TOMATE (1 prato fundo)	KCAL: 2791.2544 / PTN: 122.7568g (19.5541%) CHO: 479.2388g (76.3387%) / LIP: 25.7844g (4.1072%)
22/10/2026 (Quinta-feira)	BOLO DE LARANJA + CAFÉ COM LEITE + FRUTA (1 PRATO + 1 CANECA)	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA SUÍNA + FEIJÃO + FAROFA NUTRITIVA + SALADA DE LEGUMES REFOGADOS (1 Prato fundo)	PÃO COM OVOS MEXIDOS + IOGURTE + FRUTAS PICADAS (1 Unidade + 1 Caneca)	LARANJA E MAÇÃ (1 Unidade)	ARROZ COLORIDO COM OVOS E CEBOLINHA + FEIJÃO + FRANGO ASSADO COM BATATAS + FAROFA (1 Prato fundo)	KCAL: 2048.862 / PTN: 88.5831g (19.3124%) CHO: 340.8956g (74.3203%) / LIP: 29.2057g (6.3673%)
23/10/2026 (Sexta-feira)	TORTA INTEGRAL DE CARNE BOVINA MOÍDA + SUCO DE UVA INTEGRAL + FRUTA ()	ARROZ + FEIJÃO + COXA/SOBRECOXA ASSADA COM AÇAFRÃO + SALADA DE CHUCHU (1 Pedaco + 2 Colheres de Sopa)	CAFÉ COM LEITE + BOLO DE CHOCOLATE + FRUTA (-)	MAÇÃ E BANANA ORGÂNICA (1 Unidade + 1 Unidade)	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA + FEIJÃO + SALADA DE BETERRABA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	KCAL: 1961.645 / PTN: 74.448g (16.277%) CHO: 356.1305g (77.8631%) / LIP: 26.802g (5.8599%)
26/10/2026 (Segunda-feira)	MINGAU DE AVEIA COM BANANA PICADA (1 prato fundo)	STROGONOFF DE FRANGO + ARROZ + FEIJÃO + SALADA DE ALFACE E TOMATE (1 Prato fundo + 2 Unidades)	BOLO DE BANANA INTEGRAL (sem glúten) + LEITE COM CACAU (1 Pedaco Médio + 1 Caneca)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ENSOPADO + FAROFA DE CENOURA + BATATA SAUTÉ (1 PRATO FUNDO)	KCAL: 1511.3613 / PTN: 68.1589g (18.7575%) CHO: 282.3952g (77.7161%) / LIP: 12.8138g (3.5264%)
27/10/2026 (Terça-feira)	MINGAU DE CHOCOLATE + BANANA PICADA ()	FEIJOADA COM CARNE SUÍNA + FAROFA DE CENOURA + COUVE FOLHA REFOGADA + LARANJA PICADA + ARROZ (1 Prato fundo + 2 Unidades)	BOLO DE CENOURA + FRUTA + SUCO DE TANGERINA (-)	PÊSSEGO (1 UNIDADE)	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	KCAL: 1769.374 / PTN: 68.5315g (17.5229%) CHO: 292.8835g (74.8878%) / LIP: 29.6815g (7.5893%)

28/10/2026 (Quarta-feira)	MINGAU DE AMIDO DE MILHO COM CÔCO E AMEIXA SECA COZIDA ()	BERÇARIO - CANJA DE FRANGO ()	SORVETE CASEIRO COM FRUTAS PICADAS + BOLO DE CHOCOLATE (nulo)	ABACAXI E BANANA (1 Fatia + 1 Unidade)	ARROZ + LASANHA DE FRANGO + SALADA DE BETERRABA, ALFACE E TOMATE (1 prato fundo)	KCAL: 1954.4365 / PTN: 79.9835g (18.3474%) CHO: 314.2825g (72.0932%) / LIP: 41.673g (9.5594%)
29/10/2026 (Quinta-feira)	PÃO COM OVOS MEXIDOS + IOGURTE + FRUTAS PICADAS (1 Unidade + 1 Caneca)	ARROZ + FEIJÃO + ANGU COM FRANGO AO MOLHO + SALADA (1 Prato fundo + 1 Caneca)	PÃO COM NATA + SUCO DE ABACAXI + MAÇÃ (1 Unidade + 1 Colher de Sopa + 1 Caneca + 1 Unidade)	LARANJA E MAÇÃ (1 Unidade)	MINESTRA + CARNE MOÍDA SUÍNA AO MOLHO + SALADA ()	KCAL: 2076.9145 / PTN: 71.678g (14.7346%) CHO: 398.493g (81.917%) / LIP: 16.2885g (3.3484%)
30/10/2026 (Sexta-feira)	BOLO DE BANANA INTEGRAL (sem glúten) + SUCO DE UVA INTEGRAL (1 Pedaco Médio + 1 Caneca)	BERÇÁRIO - PURÊ DE BATATA + CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA COZIDA PICADA (1 PRATO FUNDO)	SUCO DE UVA INTEGRAL + BOLO DE FEIJÃO COM CALDA DE CACAU + FRUTA ()	MELÃO (1 prato raso)	BERÇARIO - SOPA DE LEGUMES e CARNE BOVINA (1 PRATO FUNDO)	KCAL: 1081.8527 / PTN: 33.5544g (13.0816%) CHO: 208.5188g (81.2937%) / LIP: 14.4273g (5.6247%)

NÃO OFERTAR AÇÚCAR, CAFÉ, ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS (BISCOITO, BOLACHA, ETC) E MEL PARA MENORES DE 2 ANOS DE IDADE. CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES EM FUNÇÃO DA SAZONALIDADE, DISPONIBILIDADE DE PRODUTOS E ENTREGA DOS FORNECEDORES. IMPORTANTE!!! A INTRODUÇÃO DE ALIMENTOS VERDES, PORÉM, DEVE-SE SUBSTITUIR FOLHAS VERDES CRUAS POR VEGETAIS COZIDOS (ABÓBRINHA PICADINHA REFOGADA, COUVE FOLHA BEM PICADA E COZIDA, BRÓCOLIS PICADO, RALADO OU TRITURADO RAPIDAMENTE NO PROCESSADOR COZIDO, ETC.). OFERTAR AS PREPARAÇÕES NA CONSISTÊNCIA PASTOSA, TAIS COMO PURÊ, SOPA, CALDO, ETC. E FRUTAS DEVEM SEGUIR AS INSTRUÇÕES DO GUIA PARA BEBÊS.

Andressa Carlos
Nº registro: 10079

Elisa Clezar Ferreira de Souza
Nº registro: 4849