



Cardápio Outubro 2025

REFEIÇÃO

SALADA

SOBREMESA

BEBIDA

	Segunda-feira				
	Terça-feira				
01	Quarta-feira	Arroz, Feijão, Cubinhos de carne refogado com legumes sortidos	Agrião	Fruta da safra	Água
02	Quinta-feira	Macarrão à bolonhesa e verdura refogada	Mix de folhas	Fruta da safra	Água
03	Sexta-feira	Arroz, Feijão, Filé de frango grelhado e abobrinha refogada no azeite	Acelga	Fruta da safra	Água
06	Segunda-feira	Arroz, Feijão, Omelete de queijo com orégano e verdura refogada	Beterraba	Fruta da safra	Água
07	Terça-feira	Arroz, Feijão, Panqueca de carne e verdura refogada	Cenoura	Fruta da safra	Água
08	Quarta-feira	Arroz, Feijão, Filé de frango refogado com cebola, tomate e batata	Repolho roxo	Fruta da safra	Água
09	Quinta-feira	Macarrão ao sugo com frango desfiado e verdura refogada	Mix de folhas	Fruta da safra	Água
10	Sexta-feira	Arroz, Lentilha, Carne moída refogada com mandioquinha	Rúcula	Fruta da safra	Água
13	Segunda-feira	Arroz, Feijão, Ovos mexidos com chuchu refogado	Alface	Fruta da safra	Água
14	Terça-feira	Arroz, Feijão, Cubinhos de carne refogado com abóbora	Escarola	Fruta da safra	Água
15	Quarta-feira	Arroz, Feijão, Iscas de frango refogado e purê de batata	Couve	Fruta da safra	Água
16	Quinta-feira	Macarrão ao sugo com Iscas de carne e verdura refogada	Mix de folhas	Fruta da safra	Água
17	Sexta-feira	Arroz, Feijão, Escondidinho de frango com requeijão e verdura refogada	Tomate	Fruta da safra	Água
20	Segunda-feira	Arroz, Feijão, Omelete de espinafre e batatinha rústica assada com alecrim	Acelga	Fruta da safra	Água
21	Terça-feira	Arroz, Feijão preto, Lagarto cozido e cenoura sautê	Alface	Fruta da safra	Água
22	Quarta-feira	Arroz, Feijão, Filé de frango grelhado e purê de mandioquinha	Agrião	Fruta da safra	Água
23	Quinta-feira	Macarrão à bolonhesa e verdura refogada	Mix de folhas	Fruta da safra	Água
24	Sexta-feira	Arroz, Feijão, Estrogonofe de frango e batata palha assada	Rúcula	Fruta da safra	Água
27	Segunda-feira	Arroz, Feijão, Ovos mexidos com tomatinho picado e brócolis refogado	Alface	Fruta da safra	Água
28	Terça-feira	Arroz, Feijão, Sobrecoxa de frango assada e vagem refogada	Escarola	Fruta da safra	Água
29	Quarta-feira	Arroz, Feijão, Bife na pressão e purê de batata com cenoura	Acelga	Fruta da safra	Água
30	Quinta-feira	Macarrão ao sugo, Almôndegas e verdura refogada	Mix de folhas	Fruta da safra	Água
31	Sexta-feira	Arroz, Feijão, Frango desfiado refogado com abobrinha	Rúcula	Fruta da safra	Água