



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO MUNICÍPIO DO BONFIM  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO - PENVAE  
CARDÁPIO INDÍGENA ZONA RURAL  
Preparações Mensais - mês outubro



SEMANAS					
1ª. Semana					
Segunda Lanches	Terça Lanches	Quarta Lanches	Quinta Lanches	Sexta Lanches	
Cuscuz c/ Margarina e Achocolatado	Sopa de Feijão c/ Macarrão	Suco de Frutas e Biscoito Doce	Baião de Dois c/ Farofa de Ovos c/ Couve e Cebolinha	Achocolatado c/ Biscoito Salgado	
2ª. Semana					
Segunda Lanches	Terça Lanches	Quarta Lanches	Quinta Lanches	Sexta Lanches	
Macarronada de Sardinha	Mingau de Arroz c/fruta	Sopa de Feijão c/ Macarrão	Mingau de Munguzá c/ fruta	Arroz, Feijão e Farofa de Ovos	
3ª. Semana					
Segunda Lanches	Terça Lanches	Quarta Lanches	Quinta Lanches	Sexta Lanches	
Cuscuz c/ Margarina e Achocolatado	Suco de Frutas e Biscoito Doce	Maria Isabel c/ Feijão	Bolo Comum c/ Suco de Frutas	Sopa de Feijão c/ Macarrão	
4ª. Semana					
Segunda Lanches	Terça Lanches	Quarta Lanches	Quinta Lanches	Sexta Lanches	
Mingau de Arroz c/ fruta	Macarronada de Sardinha	Suco de Frutas c/ Biscoito	Baião de Dois c/ Farofa de Ovos c/ Couve e Cebolinha	Suco de Frutas c/ Biscoito	

♦ Ofertar Fruta e Salada de 2 a 3 vezes na semana

♦ Horário das Refeições: Lanche: Matutino (09:20h) e Vespertino (15:20h)

Nutricionista: Andreia de Lima Nunes 5525