



Escola Municipal Presidente Kennedy – novembro

DIA DO MÊS	Segunda-feira 03.11.2025	Terça-feira 04.11.2025	Quarta-feira 05.11.2025	Quinta-feira 06.11.2025	Sexta-feira 07.11.2025
<b>LANCHE</b> 9:45 e 10:15	Macarrão Carne moída *IQF Alface	Arroz Feijão preto Frango ao molho Brócolis	Risoto Pepino	Arroz Feijão carioca Carne de gado com batata Cenoura	Mingau Maça

DIA DO MÊS	Segunda-feira 10.11.2025	Terça-feira 11.11.2025	Quarta-feira 12.11.2025	Quinta-feira 13.11.2025	Sexta-feira 14.11.2025
<b>LANCHE</b> 9:45 e 10:15	Pão Suco de abacaxi	Arroz Feijão carioca Carne suína Alface	Farofa Feijão preto Brócolis	Arroz Feijão carioca Peito de frango ao molho Repolho	Bolo de cenoura Suco de morango Melancia

DIA DO MÊS	Segunda-feira 17.11.2025	Terça-feira 18.11.2025	Quarta-feira 19.11.2025	Quinta-feira 20.11.2025	Sexta-feira 21.11.2025
<b>LANCHE</b> 9:45 e 10:15	Polenta Carne moída *IQF Repolho Tomate	Arroz Feijão preto Carne de frango ao molho Alface	Galinhoca Beterraba Cenoura	<b>Feriado</b>	<b>Recesso</b>

DIA DO MÊS	Segunda-feira 24.11.2025	Terça-feira 25.11.2025	Quarta-feira 26.11.2025	Quinta-feira 27.11.2025	Sexta-feira 28.11.2025
<b>LANCHE</b> 9:45 e 10:15	Macarrão caseiro Carne moída *IQF Alface	Arroz Feijão carioca Coxa sobrecoxa Repolho	Arroz Estrogonofe de gado Cenoura	Arroz Feijão preto Carne suína Pepino	Bolacha caseira Iogurte Banana

- \*IQF não precisa de descongelamento prévio.
- Cuidado com o excesso de sal e açúcar na alimentação, procure oferecer uma alimentação saudável;
- Incentive o consumo de frutas, legumes e verduras;
- Para evitar o desperdício o cardápio poderá ser alterado quando os legumes estão passando do ponto, ou a produto próximo da data de validade; além de poder ocorrer quando da falta de algum produto;
- **Antes dos alunos entrarem em sala e no final da aula servir uma fruta todos os dias.**

Francieli Winck  
CRN 11835

