



**CMEI RAIO DE LUZ**  
**OUTUBRO/2023**

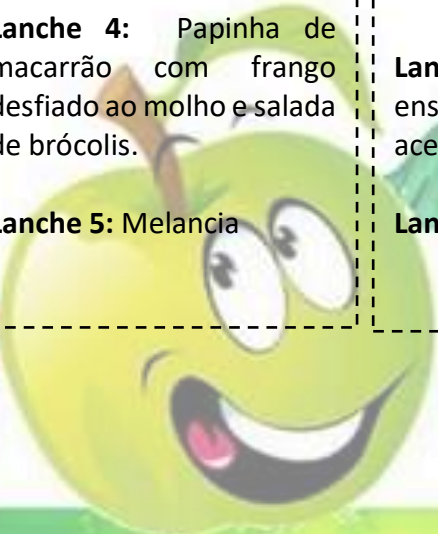
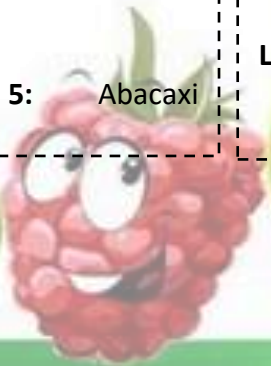
**Berçário A**  
**6 a 12 meses**

**PERÍODO INTEGRAL: Lanche1 08:30 Lanche2 10:00**  
**Lanche3 12:00 Lanche4 15:00 Lanche5 16:00**



**Intolerantes e alérgicos:** as refeições serão preparadas com alimentos diferenciados, conforme a necessidade

<u>Segunda feira - 02/10</u>	<u>Terça feira - 03/10</u>	<u>Quarta feira - 04/10</u>	<u>Quinta feira - 05/10</u>	<u>Sexta feira - 06/10</u>
<b>Lanche 1:</b> Leite	<b>Lanche 1:</b> Leite	<b>Lanche 1:</b> Leite	<b>Lanche 1:</b> Leite	<b>Lanche 1:</b> Leite
<b>Lanche 2:</b> Papinha de polenta com frango desfiado ao molho e salada de cenoura.	<b>Lanche 2:</b> Papinha de arroz, feijão, mandioca, carne de frango desfiada ao molho e salada de repolho picadinha.	<b>Lanche 2:</b> Papinha de arroz, feijão, nhoque com carne moída em molho e salada de alface picadinha.	<b>Lanche 2:</b> Papinha de arroz, lentilha, batata doce assada, carne de porco desfiada e salada de cenoura ralada.	<b>Lanche 2:</b> Papinha de arroz, feijão, batata, picadinho de carne de gado e salada de chuchu.
<b>Lanche 3:</b> Leite	<b>Lanche 3:</b> Leite	<b>Lanche 3:</b> Leite	<b>Lanche 3:</b> Leite	<b>Lanche 3:</b> Leite
<b>Lanche 4:</b> Sopa de capeletti picadinho com frango desfiado.	<b>Lanche 4:</b> Ensopado de quirera com carne de porco desfiada e salada de beterraba.	<b>Lanche 4:</b> Papinha de macarrão com frango desfiado ao molho e salada de brócolis.	<b>Lanche 4:</b> Risoto de frango ensopado e salada de acelga picadinha.	<b>Lanche 4:</b> Papinha de polenta com frango desfiado ao molho e salada de vagem picadinha.
<b>Lanche 5:</b> Pera picadinha	<b>Lanche 5:</b> Abacaxi picadinho	<b>Lanche 5:</b> Melancia	<b>Lanche 5:</b> Banana	<b>Lanche 5:</b> Laranja



**Daniela Aline Vaz Preto**  
**Nutricionista CRN8 /6614**



**CMEI RAIOS DE LUZ**  
**OUTUBRO/2023**

Berçário A  
6 a 12 meses

PERÍODO INTEGRAL: Lanche1 08:30 Lanche2 10:00  
Lanche3 12:00 Lanche4 15:00 Lanche5 16:00



**Segunda feira - 09/10**

**Lanche 1:** Leite

**Lanche 2:** Papinha de arroz, feijão, frango desfiado, salada de beterraba.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Papinha de macarrão com carne moída ao molho e salada de cenoura cozida.

**Lanche 5:** Kiwi picadinho

**Terça feira - 10/10**

**Lanche 1:** Leite

**Lanche 2:** Papinha de arroz, feijão, ensopado de carne de gado com batata, salada de repolho picadinho.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Sopa de legumes e frango desfiado

**Lanche 5:** Abacaxi picadinho

**Quarta feira - 11/10**

**Lanche 1:** Leite

**Lanche 2:** Papinha de arroz, feijão, peixe assado e salada de brócolis.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Papinha de arroz, feijão, batatinha, frango desfiado e salada de cenoura ralada.

**Lanche 5:** Salada de frutas

**Quinta feira - 12/10**

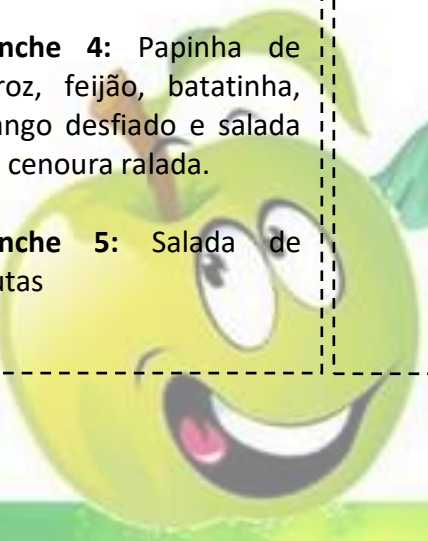
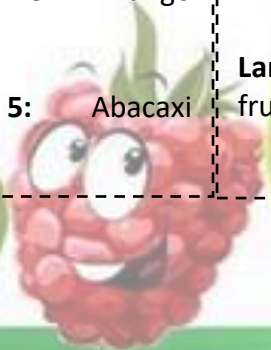
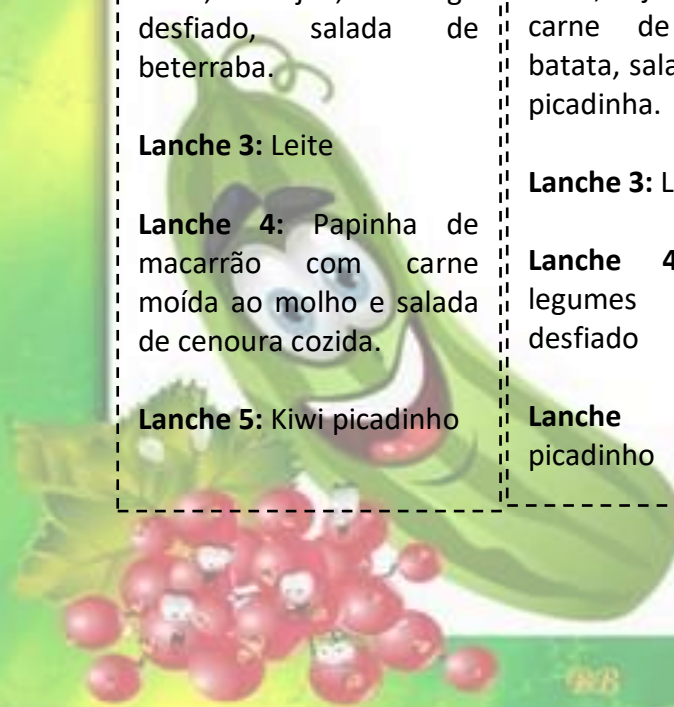
**FERIADO**

**Sexta feira - 13/10**

**RECESSO**



*Daniela Aline Vaz Preto*  
*Nutricionista CRN8 /6614*







**CMEI RAIOS DE LUZ**  
**OUTUBRO/2023**

Berçário A  
6 a 12 meses

PERÍODO INTEGRAL: Lanche1 08:30 Lanche2 10:00  
Lanche3 12:00 Lanche4 15:00 Lanche5 16:00

**Segunda feira - 16/10**

**Lanche 1:** Leite

**Lanche 2:** Papinha de arroz, feijão, mandioca, carne de porco desfiada e salada de beterraba.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Sopa de frango e legumes

**Lanche 5:** Laranja

**Terça feira - 17/10**

**Lanche 1:** Leite

**Lanche 2:** Papinha de arroz, feijão, ovo cozido e salada de repolho picadinho.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Arroz carreteiro ensopado e salada de cenoura ralada.

**Lanche 5:** Maça picadinha

**Quarta feira - 18/10**

**Lanche 1:** Leite

**Lanche 2:** Papinha de arroz, feijão, panqueca com carne moída ao molho e salada de alface picadinha.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Papinha de polenta com frango desfiado ao molho e salada de couve-flor.

**Lanche 5:** Morango

**Quinta feira - 19/10**

**Lanche 1:** Leite

**Lanche 2:** Papinha de arroz, lentilha, batata doce assada, carne de porco desfiada, e salada de brócolis.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Risoto de frango ensopado e salada de acelga picadinha.

**Lanche 5:** Banana

**Sexta feira - 20/10**

**Lanche 1:** Leite

**Lanche 2:** Papinha de arroz, feijão, peixe ensopado e salada de repolho picadinho.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Papinha de quirera com carne de porco desfiada, salada de tomate picadinha.

**Lanche 5:** Melancia



*Daniela Aline Vaz Preto*

*Nutricionista CRN8 /6614*





**CMEI RAIOS DE LUZ**  
**OUTUBRO/2023**

Berçário A  
6 a 12 meses

PERÍODO INTEGRAL: Lanche1 08:30 Lanche2 10:00  
Lanche3 12:00 Lanche4 15:00 Lanche5 16:00



**Segunda feira - 23/10**

**Lanche 1:** Leite

**Lanche 2:** Papinha de arroz, feijão, guisado de cabotiá, frango assado e desfiado e salada de beterraba.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Papinha de purê de batata frango desfiado ao molho e salada de repolho picadinha.

**Lanche 5:** Mamão

**Terça feira - 24/10**

**Lanche 1:** Leite

**Lanche 2:** Papinha de arroz, feijão, carne de gado desfiada e salada de chuchu picadinha.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Papinha de macarrão com carne moída ao molho e salada de tomate picadinha.

**Lanche 5:** Melão picadinho

**Quarta feira - 25/10**

**Lanche 1:** Leite

**Lanche 2:** Papinha de arroz, feijão, omelete, salada de alface picadinha e laranja.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Arroz carreteiro ensopado e salada de brócolis.

**Lanche 5:** Banana

**Quinta feira - 26/10**

**Lanche 1:** Leite

**Lanche 2:** Papinha de arroz, feijão, peixe assado com batatas e salada de couve-flor.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Papinha de polenta com carne de frango desfiada ao molho e salada de repolho picadinha.

**Lanche 5:** Melancia

**Sexta feira - 27/10**

**Lanche 1:** Leite

**Lanche 2:** Papinha de arroz, feijão, batata doce assada, peito de frango grelhado e desfiado e salada de tomate picadinha.

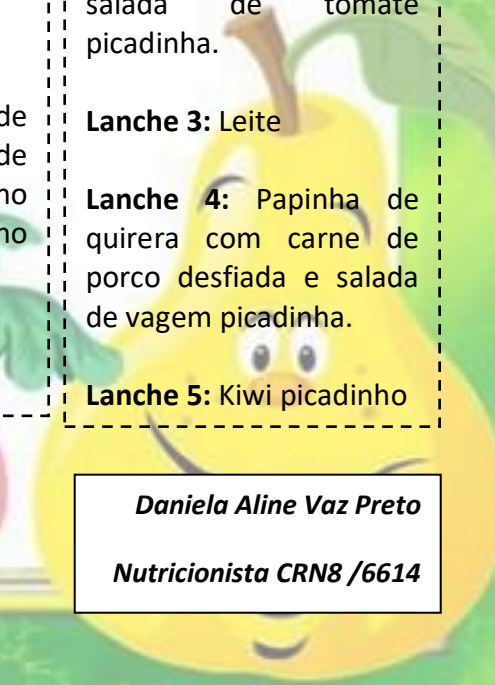
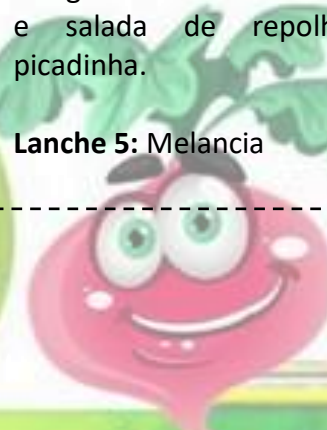
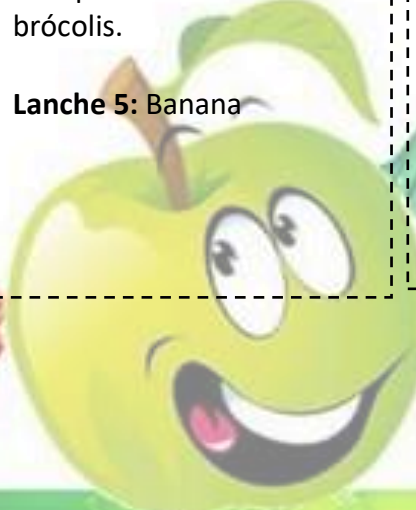
**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Papinha de quirera com carne de porco desfiada e salada de vagem picadinha.

**Lanche 5:** Kiwi picadinho

*Daniela Aline Vaz Preto*

*Nutricionista CRN8 /6614*





**CMEI RAIOS DE LUZ**  
**OUTUBRO/2023**

Berçário A  
6 a 12 meses

**PERÍODO INTEGRAL: Lanche1 08:30 Lanche2 10:00**  
**Lanche3 12:00 Lanche4 15:00 Lanche5 16:00**



**Segunda feira - 30/10**

**Lanche 1:** Leite

**Lanche 2:** Papinha de arroz, feijão, carne de gado desfiado ao molho e salada de chuchu.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Risoto de frango ensopado e salada de repolho picadinha.

**Lanche 5:** Manga picadinha

**Terça feira - 31/10**

**Lanche 1:** Leite

**Lanche 2:** Papinha de arroz, feijão, mandioca, carne de porco desfiada e salada de beterraba.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Sopa de letrinhas com frango e legumes.

**Lanche 5:** Laranja



*Daniela Aline Vaz Preto*

*Nutricionista CRN8 /6614*



## CMEI RAIOS DE LUZ OUTUBRO/2023

Berçário B e C e Maternal D e E  
1 a 4 anos

PERÍODO INTEGRAL: Lanche1 08:30 Lanche2 10:00  
Lanche3 12:00 Lanche4 15:00 Lanche5 16:00



**Intolerantes e alérgicos:** as refeições serão preparadas com alimentos diferenciados, conforme a necessidade

### Segunda feira - 02/10

**Lanche 1:** Melão

**Lanche 2:** Polenta com frango ao molho salada de cenoura.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Sopa de capeletti com frango desfiado.

**Lanche 5:** Pera

### Terça feira - 03/10

**Lanche 1:** Mamão

**Lanche 2:** Arroz, feijão, mandioca, carne de frango ao molho e salada de repolho.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Quirera com carne de porco e salada de beterraba.

**Lanche 5:** Abacaxi

### Quarta feira - 04/10

**Lanche 1:** Banana

**Lanche 2:** Arroz, feijão, nhoque com carne moída em molho e salada de alface.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Macarrão com frango ao molho e salada de brócolis.

**Lanche 5:** Melancia

### Quinta feira - 05/10

**Lanche 1:** Maça

**Lanche 2:** Arroz, lentilha, batata doce assada, carne de porco e salada de cenoura ralada.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Risoto de frango e salada de acelga.

**Lanche 5:** Banana

### Sexta feira - 06/10

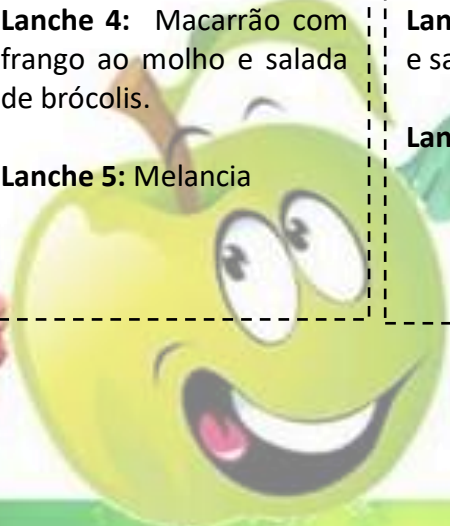
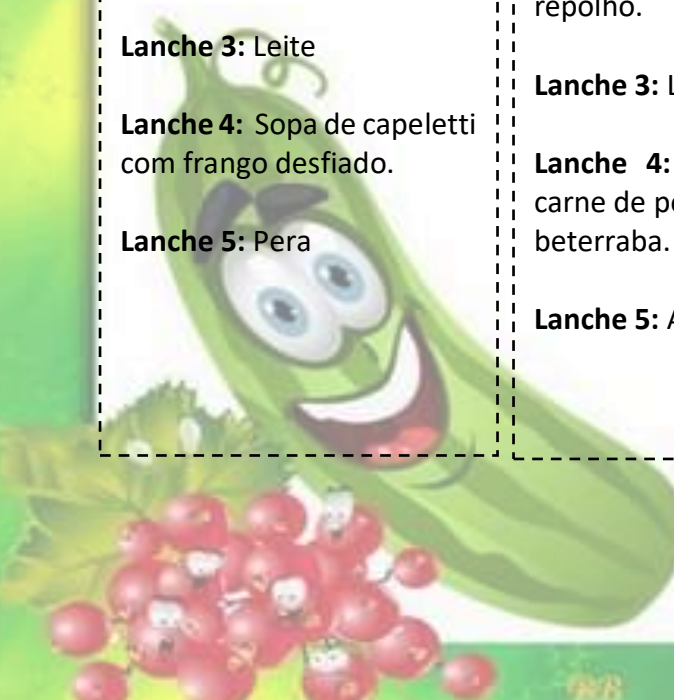
**Lanche 1:** Pera

**Lanche 2:** Arroz, feijão, batata sauté, picadinho de carne de gado e salada de chuchu.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Polenta com frango ao molho e salada de vagem.

**Lanche 5:** Laranja



*Daniela Aline Vaz Preto*

*Nutricionista CRN8 /6614*



**CMEI RAIOS DE LUZ**  
**OUTUBRO/2023**

Berçário B e C e Maternal D e E  
1 a 4 anos

**PERÍODO INTEGRAL:** Lanche1 08:30 Lanche2 10:00  
Lanche3 12:00 Lanche4 15:00 Lanche5 16:00

**Segunda feira - 09/10**

**Lanche 1:** Manga

**Lanche 2:** Arroz, feijão, estrogonofe de frango, salada de beterraba.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Pão de queijo

**Lanche 5:** Kiwi

**Terça feira - 10/10**

**Lanche 1:** Melão

**Lanche 2:** Arroz, feijão, ensopado de carne de gado com batata, salada de repolho.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Suco natural de laranja e quibe assado.

**Lanche 5:** Abacaxi

**Quarta feira - 11/10**

**Lanche 1:** Banana

**Lanche 2:** Arroz, feijão, peixe assado e salada de brócolis.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Pastel

**Lanche 5:** Salada de frutas

**Quinta feira - 12/10**

**FERIADO**

**Sexta feira - 13/10**

**RECESSO**

*Daniela Aline Vaz Preto*

*Nutricionista CRN8 /6614*

**CMEI RAIO DE LUZ**  
**OUTUBRO/2023**

Berçário B e C e Maternal D e E  
1 a 4 anos

PERÍODO INTEGRAL: Lanche1 08:30 Lanche2 10:00  
Lanche3 12:00 Lanche4 15:00 Lanche5 16:00

**Segunda feira - 16/10**

**Lanche 1:** Pera

**Lanche 2:** Arroz, feijão, mandioca, carne de porco e salada de beterraba.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Sopa de frango e legumes

**Lanche 5:** Laranja

**Terça feira - 17/10**

**Lanche 1:** Melão

**Lanche 2:** Arroz, feijão, ovo cozido e salada de repolho.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Arroz carreteiro e salada de cenoura ralada.

**Lanche 5:** Maça

**Quarta feira - 18/10**

**Lanche 1:** Banana

**Lanche 2:** Arroz, feijão, panqueca com carne moída ao molho e salada de alface.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Polenta com frango ao molho e salada de couve-flor.

**Lanche 5:** Morango

**Quinta feira - 19/10**

**Lanche 1:** Manga

**Lanche 2:** Arroz, lentilha, batata doce assada, carne de porco, e salada de brócolis.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Risoto de frango e salada de acelga.

**Lanche 5:** Banana

**Sexta feira - 20/10**

**Lanche 1:** Kiwi

**Lanche 2:** Arroz, feijão, peixe ensopado e salada de repolho.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Quirera com carne de porco, salada de tomate.

**Lanche 5:** Melancia

*Daniela Aline Vaz Preto*

*Nutricionista CRN8 /6614*





**CMEI RAIOS DE LUZ**  
**OUTUBRO/2023**

Berçário B e C e Maternal D e E  
1 a 4 anos

PERÍODO INTEGRAL: Lanche1 08:30 Lanche2 10:00  
Lanche3 12:00 Lanche4 15:00 Lanche5 16:00



**Segunda feira - 23/10**

**Lanche 1:** Pera

**Lanche 2:** Arroz, feijão, guisado de cabotiá, frango assado e salada de beterraba.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Purê de batata frango ao molho e salada de repolho.

**Lanche 5:** Mamão

**Terça feira - 24/10**

**Lanche 1:** Maça

**Lanche 2:** Arroz, feijão, estrogonofe de gado e salada de chuchu.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Macarrão com carne moída ao molho e salada de tomate.

**Lanche 5:** Melão

**Quarta feira - 25/10**

**Lanche 1:** Manga

**Lanche 2:** Arroz, feijão, omelete, salada de alface e laranja.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Arroz carreteiro e salada de brócolis.

**Lanche 5:** Banana

**Quinta feira - 26/10**

**Lanche 1:** Banana

**Lanche 2:** Arroz, feijão, peixe assado com batatas e salada de couve-flor.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Polenta com carne de frango ao molho e salada de repolho.

**Lanche 5:** Melancia

**Sexta feira - 27/10**

**Lanche 1:** Pera

**Lanche 2:** Arroz, feijão, batata doce assada, peito de frango grelhado e salada de tomate.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Quirera com carne de porco e salada de vagem.

**Lanche 5:** Kiwi



*Daniela Aline Vaz Preto*

*Nutricionista CRN8 /6614*

**CMEI RAIOS DE LUZ**  
**OUTUBRO/2023**

Berçário B e C e Maternal D e E  
1 a 4 anos

PERÍODO INTEGRAL: Lanche1 08:30 Lanche2 10:00  
Lanche3 12:00 Lanche4 15:00 Lanche5 16:00



**Segunda feira - 30/10**

**Lanche 1:** Maça

**Lanche 2:** Arroz, feijão, carne de gado ao molho e salada de chuchu.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Risoto de frango e salada de repolho.

**Lanche 5:** Manga

**Terça feira - 31/10**

**Lanche 1:** Melão

**Lanche 2:** Arroz, feijão, mandioca, carne de porco e salada de beterraba.

**Lanche 3:** Leite

**Lanche 4:** Sopa de letrinhas com frango e legumes.

**Lanche 5:** Laranja



*Daniela Aline Vaz Preto*

*Nutricionista CRN8 /6614*