



PREFEITURA MUNICIPAL DE FAZENDA RIO GRANDE
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL / LANCHE PERÍODO PARCIAL / MARÇO 2026

| PERÍODO | SEGUNDA-FEIRA 02/03/26 | TERÇA-FEIRA 03/03/26 | QUARTA-FEIRA 04/03/26 | QUINTA-FEIRA 05/03/26 | SEXTA-FEIRA 06/03/26 |
|---------------|--|---|--|--|---|
| MANHÃ E TARDE | Polenta cremosa Molho de frango com legumes (cenoura, abobrinha e tomate) Mamão picado | Arroz Parboilizado Feijão preto Iscas bovina com cenoura e abobrinha Creme de milho Maçã | Arroz doce caramelizado Banana | Arroz Parboilizado Feijão carioca Carne moída com legumes (batata e cenoura) Salada de repolho bicolor | Arroz Parboilizado Feijão preto Strogonoff de frango Batata palha Salada de alface |
| PERÍODO | SEGUNDA-FEIRA 09/03/26 | TERÇA-FEIRA 10/03/26 | QUARTA-FEIRA 11/03/26 | QUINTA-FEIRA 12/03/26 | SEXTA-FEIRA 13/03/26 |
| MANHÃ E TARDE | Macarrão alho e óleo Frango com molho e abobrinha e milho Melancia | Arroz Parboilizado Feijão preto Carne moída com abobrinha e cenoura Salada de tomate | Suco de uva Pão de leite com queijo Mamão | Arroz Parboilizado Feijão preto Carne de panela (iscas) com aipim e cenoura Farofa de couve com tomate | Arroz Parboilizado Feijão carioca Frango ao molho com batata e milho Salada de repolho roxo e cenoura ralada Banana |
| PERÍODO | SEGUNDA-FEIRA 16/03/26 | TERÇA-FEIRA 17/03/26 | QUARTA-FEIRA 18/03/26 | QUINTA-FEIRA 19/03/26 | SEXTA-FEIRA 20/03/26 |
| MANHÃ E TARDE | Risoto de frango com abobrinha Laranja | Arroz Parboilizado Feijão preto Carne moída com tomate e cheiro verde Salada de beterraba cozida | Arroz Parboilizado Feijão carioca Frango com aipim e cenoura Salada de alface Banana | Arroz Parboilizado Feijão preto Mexido de ovos com tomate e cenoura raladinha Salada de tomate com pepino | Canjica de coco Maçã |
| PERÍODO | SEGUNDA-FEIRA 23/03/26 | TERÇA-FEIRA 24/03/26 | QUARTA-FEIRA 25/03/26 | QUINTA-FEIRA 26/03/26 | SEXTA-FEIRA 27/03/26 |
| MANHÃ E TARDE | Sopa de feijão com carne moída, macarrão e cenoura Torradas Mamão picado | Arroz Parboilizado Feijão preto Frango ensopado Purê de batatas Maçã | Chá mate Pão de leite com carne moída (pouco molho) Pêra | Arroz Parboilizado Feijão carioca Iscas de frango ao molho com cenoura Salada de alface mista | Arroz Parboilizado Feijão preto Mexido de ovos com tomate e cenoura raladinha Salada de tomate |
| PERÍODO | SEGUNDA-FEIRA 30/03/26 | TERÇA-FEIRA 31/03/26 | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
| MANHÃ E TARDE | Sopa canja com cenoura e batata Torradas Melão picado | Arroz Parboilizado Feijão preto Vaca atolada (com aipim) Farofa de couve | | | |

Cardápio sujeito a alterações

Valdirene Hitner Padilha - Nutricionista CRN 8 - 1652

Informação Nutricional

| | |
|-----------------|---|
| SEMANA 1 | Energia (Kcal): 465 / Carboidrato (g): 74 / Lipídeos (g): 9 / Proteínas (g): 22 |
| SEMANA 2 | Energia (Kcal): 392 / Carboidrato (g): 67 / Lipídeos (g): 5 / Proteínas (g): 18 |
| SEMANA 3 | Energia (Kcal): 404 / Carboidrato (g): 65 / Lipídeos (g): 7 / Proteínas (g): 20 |
| SEMANA 4 | Energia (Kcal): 386 / Carboidrato (g): 62 / Lipídeos (g): 7 / Proteínas (g): 17 |
| SEMANA 5 | Energia (Kcal): 393 / Carboidrato (g): 67 / Lipídeos (g): 5 / Proteínas (g): 19 |