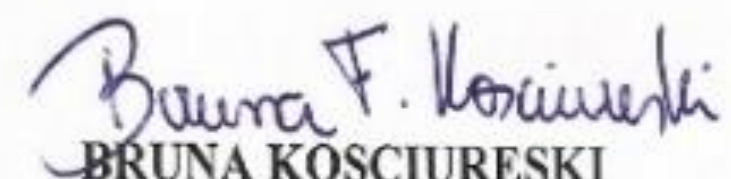


|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                       |                                                                                                                                  |                                                                                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div><div><div>SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO</div></div><div><div>PREFEITURA MUNICIPAL DE FAZENDA RIO GRANDE</div><div>SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO</div><div>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL</div><div>EJA /DEZEMBRO 2022</div></div><div></div></div> |                                                                                       |                                                                                                                                  |                                                                                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                                                                                     |
| AF- AGRICULTURA FAMILIAR                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                       |                                                                                                                                  |                                                                                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                                                                                     |
| PERÍODO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | SEGUNDA-FEIRA                                                                         | TERÇA-FEIRA                                                                                                                      | QUARTA-FEIRA                                                                                                                     | QUINTA-FEIRA                                                                                                               | SEXTA-FEIRA                                                                                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                       |                                                                                                                                  |                                                                                                                                  |                                                                                                                            | 01/12/23                                                                                                                                                            |
| MANHÃ E TARDE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                       |                                                                                                                                  |                                                                                                                                  |                                                                                                                            | Arroz parbolizado<br>Feijão carioca<br>mexido de ovos com cenoura raladinha<br>Brocolis refogado                                                                    |
| PERÍODO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | SEGUNDA-FEIRA                                                                         | TERÇA-FEIRA                                                                                                                      | QUARTA-FEIRA                                                                                                                     | QUINTA-FEIRA                                                                                                               | SEXTA-FEIRA                                                                                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 04/12/23                                                                              | 05/12/23                                                                                                                         | 06/12/23                                                                                                                         | 07/12/23                                                                                                                   | 08/12/23                                                                                                                                                            |
| MANHÃ E TARDE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Macarrão parafuso com carne e abobrinha<br><br>Salada de cenoura AF<br>laranja        | Arroz parbolizado<br><br>Feijão Preto<br><br>Carne de panela com batata salsa<br>Farofa de couve, cenoura e tomate               | Arroz parbolizado/ Feijão Carioca<br><br>Carne moida refogada com cenoura AF<br><br>Salada de cenoura AF                         | Arroz parbolizado<br><br>Feijão preto<br><br>Omelete<br>Salada de tomate com pepino AF<br>Melancia                         | Quirera com molho de frango desfiado<br><br>BANANA AF                                                                                                               |
| PERÍODO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | SEGUNDA-FEIRA                                                                         | TERÇA-FEIRA                                                                                                                      | QUARTA-FEIRA                                                                                                                     | QUINTA-FEIRA                                                                                                               | SEXTA-FEIRA                                                                                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 11/12/23                                                                              | 12/12/23                                                                                                                         | 13/12/23                                                                                                                         | 14/12/23                                                                                                                   | 15/12/23                                                                                                                                                            |
| MANHÃ E TARDE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Polenta com molho de frango e legumes<br><br>Salada de cenoura AF<br><br>MELÃO PICADO | Arroz parbolizado<br><br>Feijão carioca<br>Picadinho de carne com cenoura e batata (iscas)<br><br>Salada de tomate com pepino AF | Arroz parbolizado<br><br>Frango refogado<br><br>Yakissoba<br><br>salada de cenoura AF e repolho raladinho<br><br>Melancia picada | Arroz parbolizado<br><br>Feijão carioca<br><br>Carne moida ao molho<br><br>pure de batatas AF<br>salada de repolho bicolor | Arroz parbolizado<br><br>Feijão carioca<br><br>Carne moída refogada<br><br>Salada acelga AF                                                                         |
| PERÍODO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | SEGUNDA-FEIRA                                                                         | TERÇA-FEIRA                                                                                                                      | QUARTA-FEIRA                                                                                                                     | QUINTA-FEIRA                                                                                                               | SEXTA-FEIRA                                                                                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 18/12/23                                                                              | 19/12/23                                                                                                                         | 20/12/23                                                                                                                         |                                                                                                                            |                                                                                                                                                                     |
| MANHÃ E TARDE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Risoto de frango com abobrinha AF<br>mamão picado                                     | Arroz parbolizado<br>Strogonoff de carne<br>Batata palha<br>Salada de tomate                                                     | Quirera com molho de frango desfiado<br>Salada de repolho<br>Melão picado                                                        |                                                                                                                            |                                                                                                                                                                     |
| SEMANA 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Energia (Kcal): 710/ Carboidrato (g): 53 / Lídipios (g): 11/ Proteínas (g): 9         |                                                                                                                                  |                                                                                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                                                                                     |
| SEMANA 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Energia (Kcal): 496 / Carboidrato (g): 65 / Lídipios (g): 13/ Proteínas (g): 28       |                                                                                                                                  |                                                                                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                                                                                     |
| SEMANA 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Energia (Kcal): 334 / Carboidrato (g): 50 Lídipios (g): 7 / Proteínas (g): 18         |                                                                                                                                  |                                                                                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                                                                                     |
| SEMANA 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Energia (Kcal): 367 / Carboidrato (g): 48 / Lídipios (g): 10 / Proteínas (g): 24      |                                                                                                                                  |                                                                                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                                                                                     |
| SEMANA 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                       |                                                                                                                                  |                                                                                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                                                                                     |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                       |                                                                                                                                  |                                                                                                                                  |                                                                                                                            | <div><br/>BRUNA KOSCIURESKI<br/>Nutricionista Controller<br/>CRN8 15180P</div> |