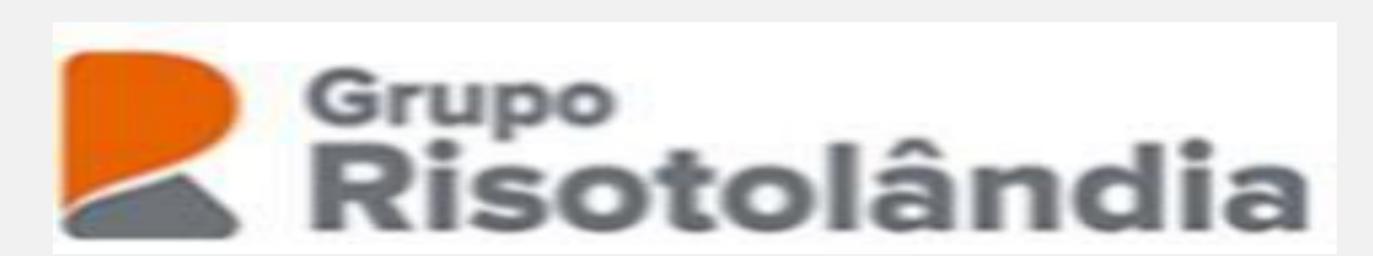




SECRETARIA
MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO

PREFEITURA MUNICIPAL DE FAZENDA RIO GRANDE
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL
EJA /NOVEMBRO 2022



AF- AGRICULTURA FAMILIAR

PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA 01/11/23	QUINTA-FEIRA 02/11/23	SEXTA-FEIRA 03/11/23
MANHÃ E TARDE			Arroz parbolizado Feijão preto iscas ao molho com batata e cenoura Farofa de repolho mamão picado	FERIADO	RECESSO
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA 06/11/23	TERÇA-FEIRA 07/11/23	QUARTA-FEIRA 08/11/23	QUINTA-FEIRA 09/11/23	SEXTA-FEIRA 10/11/23
MANHÃ E TARDE	Macarrão parafuso com carne e abobrinha Salada de cenoura AF laranja	Arroz parbolizado Feijão Preto Carne de panela com batata salsa Farofa de couve, cenoura e tomate	Arroz parbolizado/ Feijão Carioca Carne moída refogada com cenoura AF Salada de cenoura AF	Arroz parbolizado Feijão preto Omelete Salada de tomate com pepino AF Melancia	Quirera com molho de frango desfiado Banana
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA 13/11/23	TERÇA-FEIRA 14/11/23	QUARTA-FEIRA 15/11/23	QUINTA-FEIRA 16/11/23	SEXTA-FEIRA 16/09/22
MANHÃ E TARDE	Polenta com molho de frango e legumes Salada de cenoura AF	Arroz parbolizado Feijão carioca	FERIADO	Arroz parbolizado Feijão carioca Carne moída ao molho pure de batatas AF salada de repolho bicolor	Sopa de feijão com couve e macarrão Torradas mamão picado
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA 21/11/23	TERÇA-FEIRA 22/11/23	QUARTA-FEIRA 23/11/23	QUINTA-FEIRA 24/11/23	SEXTA-FEIRA 25/11/22
MANHÃ E TARDE	Risoto de frango com abobrinha AF mamão picado	Arroz parbolizado Strogonoff de carne Batata palha Salada de tomate	Arroz parbolizado Frango refogado yakissoba Melancia picada	Arroz parbolizado Feijão carioca nhoque ao sugo carne moída refogada com cenoura raladinha	Arroz parbolizado Feijão carioca Carne moída refogada Salada acelga AF
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA 28/11/23	TERÇA-FEIRA 29/11/23	QUARTA-FEIRA 30/11/23	QUINTA-FEIRA 31/11	SEXTA-FEIRA 02/12/22
MANHÃ E TARDE	Quirera com molho de frango desfiado Salada de repolho Melão picado	Arroz parbolizado Feijão carioca Fricassee de frango Batata palha Salada de pepino com tomate	Arroz parbolizado Feijão carioca mexido de ovos com cenoura raladinha Brocolis refogado	Arroz parbolizado Feijão preto Peixe ao molho pure de batatas AF Salada de alface	Arroz parbolizado Feijão carioca Vaca atolada Farofa de couve, cenoura e tomate

BRUNA KOSCIURUSKI
Nutricionista Controlador
CRN8 15180P

SEMANA 1	Energia (Kcal): 582/ Carboidrato (g): 84 / Lipídios (g): 10/ Proteínas (g): 39
SEMANA 2	Energia (Kcal): 348,4 / Carboidrato (g): 53 / Lipídios (g): 7 / Proteínas (g): 19
SEMANA 3	Energia (Kcal): 334 / Carboidrato (g): 50 Lipídios (g): 7 / Proteínas (g): 18
SEMANA 4	Energia (Kcal): 465,7 / Carboidrato (g): 65 / Lipídios (g): 10 / Proteínas (g): 28
SEMANA 5	Energia (Kcal): 389,9 / Carboidrato (g): 58 / Lipídios (g): 20 / Proteínas (g): 20