



SECRETARIA
MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO

PREFEITURA MUNICIPAL DE FAZENDA RIO GRANDE
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL
LANCHE PERÍODO INTEGRAL / NOVEMBRO 2025



PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA
	03/11/25	04/11/25	05/11/05	06/11/25
DESJEJUM	Pão de leite com queijo Chá mate Mamão Picado	Pão de leite com manteiga Leite com cacau Maçã	Bolo de mármore Chá mate Banana	Pão de leite com doce Chá Mate Laranja
ALMOÇO	Arroz parbolizado Feijão Preto Fricassê de frango Batata Palha Salada de Pepino	Arroz parbolizado Feijão Carioca Carne moída com cenoura e milho Purê de batata misto (cenoura e batata)	Arroz parbolizado Feijão Preto Frango (iscas de coxa e sobrecoxa dessorada) refogado com abobrinha Nhoque ao Sugo Salada de Beterraba Cozida	Arroz parbolizado Feijão Carioca Isclas de carne ao Molho Yakissoba Salada de Alface
LANCHE	Macarrão parafuso colorido Molho de Carne moída com abobrinha e cenoura	Risoto de Frango com Legumes (Abóbora, abobrinha e cenoura)	Quirera e molho de carne moída e couve Melancia picada	Sanduíche Natural (Pão de forma com patê de frango com cenoura, alface e milho) Suco de manga
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA
	10/11/25	11/11/25	12/11/25	13/11/25
DESJEJUM	Pão com manteiga Leite com cacau Mamão Picado	Pão de leite com manteiga Chá mate Maçã	Pão com queijo Chá mate Banana	Pão de leite com doce Chá mate Banana
ALMOÇO	Arroz parbolizado Feijão Preto Carne moída com molho com cenoura Macarrão espaguetti alho e óleo e cheiro verde	Arroz parbolizado Feijão Carioca Frango xadrez Salda de Repolho com Tomate	Arroz parbolizado Feijão Preto Ovos Mexidos com cenoura ralada e queijo Farofa de couve Salada de Pepino	Arroz parbolizado Feijão Carioca Frango ensopado (iscas c/sb) Seleta de Legumes (abobrinha, cenoura e batata) Salada mista verde
LANCHE	Torta de legumes (cenoura, batata e brócolis) com moída Melancia picada	Macarrão Parafuso Molho de frango com milho e tomate	Bolo laranja Geladinho de uva (100ml) logurte de morango	Polenta com Molho de Carne moída e cenoura e abobrinha
Informação Nutricional				
SEMANA 1	Energia (Kcal): 913 / Carboidrato (g): 148 / Lipídeos (g): 19 / Proteínas (g): 37			
SEMANA 2	Energia (Kcal): 927 / Carboidrato (g): 151 / Lipídeos (g): 20 / Proteínas (g): 36			


Eduarda K. Bordinhão Barbosa
Nutricionista Controlador Operacional
CRN 8 16305