

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE FAZENDA RIO GRANDE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
 SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO		CARDÁPIO CMEI (INFANTIL I, INFANTIL II E INFANTIL III) 13 MESES A 4 ANOS CONSISTÊNCIA NORMAL SETEMBRO 2023			
	SEGUNDA 18/09	TERÇA 19/09	TERÇA 20/09	QUINTA 21/09	SEXTA 22/09
Desjejum	Leite com cacau	Chá de erva cidreira	Leite	Chá de camomila	Leite
	Pão nutritivo com queijo	Pão de milho com manteiga	Pão de aveia com queijo	Pão de forma (AF) com manteiga	Pão de leite com manteiga
	Manga	Maçã (AF)	Banana (AF)	Mamão	Laranja
Almoço	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e Feijão carioca	Arroz e feijão preto
	Omelete de forno com espinafre (AF) e cenoura (AF)	Frango em cubos ao alho e óleo com cheiro verde (AF)	Tiras ao molho madeira	Frango desfiado ao molho	Carne moída ao molho sugo com abobrinha ralada
	Quibebe	Chuchu , batata (AF) e cenoura (AF) gratinados	Purê de batata inglesa (AF)	Farofa de beterraba	Repolho refogado
	Salada de repolho (AF)	Salada de tomate	Salada de alface (AF)	Salada de cenoura (AF) e chuchu	Salada de Beterraba (AF)
Lanche	Mamão	Laranja	Maçã (AF)	Creme de frutas (leite batido com frutas) Banana AF, maçã (AF) e mamão	Banana (AF)
Jantar	Risoto de frango, espinafre (AF) e milho Salada de repolho (AF)	Polenta com molho de carne, cenoura (AF) ralada e espinafre (AF) Salada de acelga (AF)	Sopa de frango, macarrão, abobrinha, brócolis (AF) e batata doce (AF)	Sopa de carne, macarrão, abóbora, batata salsa, couve flor (AF)	Sanduíche natural (Pão de aveia +Patê de frango com molho branco, cenoura ralada (AF), cheiro verde (AF) e alface (AF) + Suco de uva
	SEGUNDA 25/09	TERÇA 26/09	QUARTA 27/09	QUINTA 28/09	SEXTA 30/09
Desjejum	Leite com cacau	Chá de erva doce	Leite	Chá de camomila	Vitamina de mamão
	Pão nutritivo com queijo	Pão de milho com manteiga	Torta salgada de legumes (abobrinha, tomate, milho, cenoura (AF) cheiro verde (AF)	Pão de forma (AF) com manteiga	Pão de leite com manteiga
	Maçã (AF)	Laranja	Mamão	Banana (AF)	Morango (AF)
Almoço	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto
	Bolinho de carne moída assado	Frango desfiado com molho branco	Peixe assado com tomate	Frango empanado assado parmegiana	Tiras bovinas ao molho madeira
	Abobrinha refogada	Brócolis AF e couve flor AF refogado	Batata doce (AF) sauté	Jardineira de legumes (cenoura AF, chuchu, batata AF e abobrinha)	Macarrão parafuso ao molho madeira
	Salada de cenoura (AF) cozida e acelga (AF)	Salada de beterraba cozida (AF)	Salada de brócolis (AF) e alface (AF)	Salada de acelga (AF)	Salada couve flor (AF)
Lanche	Laranja	Manga	Morango AF	Maçã (AF)	Banana (AF)
Jantar	Macarrão parafuso colorido com molho de frango com tomate, cenoura (AF) e brócolis (AF) / Salada de repolho (AF)	Sopa de carne com macarrão, brócolis AF, abobrinha e batata salsa	Sopa canja (cenoura AF)	Quirera com molho de carne desfiada, cenoura (AF) e couve (AF) Salada de tomate	Sopa de feijão com carne, macarrão, batata (AF) e couve manteiga (AF)
Informação Nutricional					
SEMANA 1	Energia (Kcal): 825 / Carboidrato (g): 120 / Lípidios (g): 24 / Proteínas (g): 37 / Cálcio (mg): 337 / Ferro (mg): 6,6 / Vitamina A (mcg): 476 / Vitamina C (mcg): 111				
SEMANA 2	Energia (Kcal): 753 / Carboidrato (g): 122 / Lípidios (g): 17 / Proteínas (g): 33 / Cálcio (mg): 248 / Ferro (mg): 5 / Vitamina A (mcg): 440 / Vitamina C (mcg): 113				
SEMANA 3	Energia (Kcal): 769 / Carboidrato (g): 117 / Lípidios (g): 21 / Proteínas (g): 34 /Cálcio (mg): 456 / Ferro (mg): 5 / Vitamina A (mcg): 493 / Vitamina C (mcg): 102				
SEMANA 4	Energia (Kcal): 727 / Carboidrato (g): 112 / Lípidios (g): 18 / Proteínas (g): 33 / Cálcio (mg): 310 / Ferro (mg): 5 / Vitamina A (mcg): 377 / Vitamina C (mcg): 109				
SEMANA 5	Energia (Kcal): 742 / Carboidrato (g): 108 / Lípidios (g): 21 / Proteínas (g): 35 / Cálcio (mg): 242 / Ferro (mg): 5 / Vitamina A (mcg): 441 / Vitamina C (mcg): 117				
Cardápio sujeito à alteração					
Cardápio sujeito à alteração / AF - agricultura familiar.					
 Thair Félis COORDENADOR(A) DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR MUNICÍPIO DE FAZENDA RIO GRANDE GRUPO RISOTOLÂNDIA					