



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 PARCIAL /NOVEMBRO 2023



AF- AGRICULTURA FAMILIAR

PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
			01/11/23	02/11/23	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	06/11/23	07/11/23	08/11/23	09/11/23	10/11/23
MANHÃ E TARDE	Macarrão parafuso com carne e abobrinha Salada de cenoura AF laranja	Arroz parbolizado Feijão Preto Cubos de frango ao molho 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	Canjica com coco Banana
PERÍODO	13/11/23	14/11/23	15/11/23	16/11/23	16/11/23
MANHÃ E TARDE	Polenta com molho de frango e legumes Salada de cenoura AF Melão picado	Arroz parbolizado Feijão carioca Picadinho de carne com cenoura e batata (iscas) Salada de tomate com pepino AF	FERIADO	Arroz parbolizado Feijão carioca Carne moída ao molho pure de batatas AF salada de repolho bicolor	Geladinho de morango com leite (200 ml) bolo laranja Suco polpa de uva
PERÍODO	21/11/23	22/11/23	23/11/23	24/11/23	25/11/23
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	Bolo de fubá Smoothie (leite,iogurte, manga, banana,abacaxi)
PERÍODO	28/11/23	29/11/23	30/11/23	31/11	01/12/23
MANHÃ E TARDE	Quirera com molho de frango desfiado Salada de repolho Melão picado	Arroz parbolizado Feijão carioca Fricasse 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	Pão de leite com carne moída (pouco molho) Suco de abacaxi com hortelã Pêssego AF

SEMANA 1	Energia (Kcal): 582/ Carboidrato (g): 84 / Lípidios (g): 10/ Proteínas (g): 39
SEMANA 2	Energia (Kcal): 382/ Carboidrato (g): 61 / Lípidios (g): 7 / Proteínas (g): 18
SEMANA 3	Energia (Kcal): 342,2 / Carboidrato (g): 54 Lípidios (g): 7 / Proteínas (g): 15
SEMANA 4	Energia (Kcal): 494,6 / Carboidrato (g): 73 / Lípidios (g): 11 / Proteínas (g): 26
SEMANA 5	Energia (Kcal): 403 / Carboidrato (g): 57 / Lípidios (g): 9 / Proteínas (g): 24

BRUNA F. KOSCIURESKI
BRUNA KOSCIURESKI
Nutricionista Controller
CRN8 15180P