



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 / MARÇO 2026



PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA 02/03/26	TERÇA-FEIRA 03/03/26	QUARTA-FEIRA 04/03/26	QUINTA-FEIRA 05/03/26
DESJEJUM	Chá mate Pão de leite com queijo Mamão picado	Leite com cacau Pão de leite com manteiga Maçã	Chá mate Bolo de mármore Banana	Chá mate Pão de leite com doce Laranja
ALMOÇO	Arroz parbolizado Feijão Fricassê de frango Batata Palha Salada de pepino	Arroz parbolizado Feijão Carne moída com cenoura e milho Purê de batata misto (cenoura e batata)	Arroz parbolizado Feijão Frango (coxa e sobrecoxa desossada) refogado com abobrinha Nhoque ao suço Salada de beterraba cozida	Arroz parbolizado Feijão 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 09/03/26	TERÇA-FEIRA 10/03/26	QUARTA-FEIRA 11/03/26	QUINTA-FEIRA 12/03/26
DESJEJUM	Leite com cacau Bolo de fubá Mamão picado	Chá mate Pão de leite com manteiga Maçã	Chá mate Pão com queijo Banana	Chá mate Pão de leite com doce Banana
ALMOÇO	Arroz parbolizado Feijão Carne moída com molho de cenoura Macarrão espaguete alho e óleo e cheiro verde	Arroz parbolizado Feijão Frango xadrez Salada de repolho com tomate	Arroz parbolizado Feijão Ovos mexidos com cenoura ralada e queijo Farofa de couve Salada de pepino	Arroz parbolizado Feijão Frango ensopado (iscas c/sb) Seleita 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	logurte de morango Bolo de mármore	Polenta com molho de carne moída, cenoura e abobrinha
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA 16/03/26	TERÇA-FEIRA 17/03/26	QUARTA-FEIRA 18/03/26	QUINTA-FEIRA 19/03/26
DESJEJUM	Chá mate Pão de leite com manteiga Melão picado	Leite Cereal de milho Mamão picado	Chá mate Pão de leite com doce Melancia picada	Leite com cacau Pão com queijo Mamão picado
ALMOÇO	Arroz parbolizado Virado de feijão Isclas de carne com batata salsa Legumes sautee (batata, cenoura e chuchu)	Arroz parbolizado Feijão Peixe ensopado com cenoura Batata saute com orégano Salada de repolho	Arroz parbolizado Feijão Frango (iscas c/sb) ao suço com milho Farofa de couve Salada de alface roxa	Arroz parbolizado Feijão Ovos mexidos com cenoura ralada e queijo Macarrão alho e óleo Salada de pepino
LANCHE	Risoto de frango com legumes (abóbora, abobrinha e cenoura)	Quirera com molho de frango desfiado com milho e ervilha Salada de beterraba cozida	Macarrão parafuso com molho de carne moída, cenoura e abobrinha	Arroz parbolizado Escondidinho de batata com carne moída e queijo Salada de beterraba cozida

Feijão: para fins de base de cálculo e produção, deverá ser considerada a qualidade prevista no cardápio do ensino em período parcial.

Cardápio sujeito a alterações

Valdirene Hitner Padilha - Nutricionista CRN 8 - 1652

Informação Nutricional

SEMANA 1	Energia (Kcal): 1238 / Carboidrato (g): 202 / Lipídeos (g): 25 / Proteínas (g): 53
SEMANA 2	Energia (Kcal): 1270 / Carboidrato (g): 212 / Lipídeos (g): 24 / Proteínas (g): 51
SEMANA 3	Energia (Kcal): 1168 / Carboidrato (g): 182 / Lipídeos (g): 26 / Proteínas (g): 50

Eduarda K. Bordinhão Barbosa
 Nutricionista Controller Operacional
 CRN 8 16305