



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

AF- AGRICULTURA FAMILIAR

PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
			01/10/2025	02/10/2025	03/10/2025
MANHÃ E TARDE			Pão fatiado AF com queijo SUCO DE UVA Banana AF	Arroz parbolizado Feijão preto Frango ensopado com abobora, batata e milho Salada de Alface	Arroz parbolizado Feijão carioca Carne moída com cenoura AF e tomate AF Pure misto (batata AF e cenoura AF) Mamão com abacaxi picados (60g de cada)
PERÍODO	06/10/2025	07/10/2025	08/10/2025	09/10/2025	10/10/2025
MANHÃ E TARDE	Polenta com molho de frango e legumes (cenoura e abóbora) Salada de repolho bicolor Melão picado	Feijão carioca Isclas de sobrecrexa dessossada frango com abobrinha ao sugo Salada de tomate com pepino Maça	Arroz parbolizado Feijão preto Carne moída refogada com cenoura AF Nhoque ao sugo	CARDÁPIO DIA DAS CRIANÇAS Pão de leite carne moída ao molho (pouco molho) Suco de manga Salada de Frutas (mamão, laranja, maçã, banana, c/ suco de laranja)	CARDÁPIO DIA DAS CRIANÇAS Chá mate Pipoca salgada Bolo de chocolate
PERÍODO	13/10/2025	14/10/2025	15/10/2025	16/10/2025	17/10/2025
MANHÃ E TARDE	FERIADO	Arroz doce caramelizado Maça	Arroz parbolizado Feijão preto Isclas de frango (cox e sob) ao sugo com milho e ervilha Salada de alface	Arroz parbolizado Feijão carioca Picadinho de carne (iscas) com batatas salsa AF e tomate Salada de beterraba Mamão picado	Arroz parbolizado Feijão preto Carne moída refogada com pimentão verde Banana
PERÍODO	20/10/2025	21/10/2025	22/10/2025	23/10/2025	24/10/2025
MANHÃ E TARDE	Chá mate Bolacha caseira AF Maça	Arroz parbolizado Strogonoff de carne Batata palha Salada de acelga com tomate	Arroz parbolizado Feijão carioca Carne moída refogada com tomate Couve flor e cenoura molho branco	Risoto de Frango com abobrinha e tomate Salada de repolho AF Banana AF	Arroz parbolizado Virado de feijão preto Ovos mexidos com queijo e cheiro verde Salada de beterraba cozida AF
PERÍODO	27/10/2025	28/10/2025	29/10/2025	30/10/2025	31/10/2025
MANHÃ E TARDE	Macarrão espaguete com molho de frango desfiado com milho e ervilha Salada de cenoura ralada Melão picado	Arroz parbolizado Feijão carioca Frango xadrez Farofa de couve manteiga	Chá mate Pão fatiado AF com requeijão Banana AF	Arroz parbolizado Feijão Preto Carne moída refogada Salada de brócolis e tomate Mamão picado	Arroz parbolizado Feijão carioca Carne de panela com cenoura e batata salsa (iscas) Salada de beterraba cozida

Cardápio sujeito à alteração / Agricultura Familiar - AF

SEMANA 1	Energia (Kcal): 396 / Carboidrato (g): 71 / Lipídeos(g): 6 / Proteína (g): 16
SEMANA 2	Energia (Kcal): 347 / Carboidrato (g): 57 / Lipídeos(g): 5 / Proteína (g): 17
SEMANA 3	Energia (Kcal): 344 / Carboidrato (g): 63 / Lipídeos(g): 3 / Proteína (g): 14
SEMANA 4	Energia (Kcal): 386 / Carboidrato (g): 63 / Lipídeos(g): 8 / Proteína (g): 13
SEMANA 5	Energia (Kcal): 386 / Carboidrato (g): 55 / Lipídeos(g): 8 / Proteína (g): 22

Eduarda K. Bordinho Barbosa
 Nutricionista Controlador Operacional
 CRN 8 16305