



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

FAZENDA RIO GRANDE

GRUPO RISOTOLÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CARDÁPIO CMEIS - 1 A 4 ANOS - PARCIAL - SETEMBRO 2025

CONSISTÊNCIA GERAL

	22/set	23/set	24/set	25/set	26/set
Desjejum	Chá de erva cidreira Pão de cenoura com queijo Laranja	Leite com cacau Pão de abóbora com manteiga Maçã AF	Vitamina de banana orgânica AF Pão de forma AF com creme de ricota Manga	Suco de uva integral AF Muffin de maçã com uvas passas sem açúcar Mamão	Chá de camomila (com leite) Pão de leite com manteiga Banana AF
Almoço	Arroz e feijão preto Peixe empanado assado Creme de milho com ervilhas Salada de abobrinha e tomate	Arroz e feijão carioca Carne moída com abobrinha Repolho orgânico AF refogado com orégano Salada de beterraba AF cozida	Arroz e feijão preto Frango em cubos a camponesa Brócolis AF na manteiga Salada de cenoura orgânica AF ralada	Arroz e feijão carioca Stroganoff de iscas de carne Batata AF gratinada Salada de espinafre com beterraba AF	Arroz e feijão preto Isclas de coxa e sobrecoxa assadas Quirera Salada de brócolis AF com couve flor AF
Lanche	Mamão + Leite	Manga com melancia + Leite	Banana AF + Leite	Maçã AF + Leite	Creme de frutas (banana AF, manga e maçã) + Leite
Jantar	Sopa de carne com legumes (batata salsa, cenoura e brócolis)	Sopa de frango, arroz, couve flor, cenoura orgânica AF e couve	Polenta cremosa com almondegas Salada de alface AF com lentilha	Sopa caldo verde (macarrão, frango, couve, batata AF e cenoura orgânica AF) + torradas caseiras	Macarrão gravatinha ao molho bolonhesa com espinafre e milho Salada de acelga com beterraba AF
	29/set	30/set			
Desjejum	Chá de erva doce Pão de aveia com creme de ricota Melancia	Leite Flocos de milho sem açúcar Banana			
Almoço	Arroz e feijão carioca Carne desfiada ao molho Farofa de cenoura e ovos Salada de alface e abobrinha	Arroz e feijão preto Frango ao molho com cenoura e abobrinha Batata doce na manteiga com manjerição Salada de escarola com tomate			
Lanche	Laranja + Leite	Maçã AF + Leite			
Jantar	Sopa de frango com macarrão, batata doce, chuchu, couve flor e espinafre	Quirera com carne moída Salada de repolho orgânico AF			
Jacqueline M Camargo - Nutricionista CRN 8-16861					
OFERTAR LEITE NO DESJEJUM DIARIAMENTE PARA AS CRIANÇAS DO INFANTIL QUE APRESENTAREM 1 ANO OU MAIS.					
SEMANA 4 MANHÃ	Energia (Kcal): 704 / Carboidrato (g): 114 / Lidípios (g): 18 / Proteínas (g): 27 / Cálcio (mg): 238,08 / Ferro (mg): 4,16 / Vitamina A (mcg): 274,34 / Vitamina C (mcg): 72,35				
SEMANA 5 MANHÃ	Energia (Kcal): 672 / Carboidrato (g): 103 / Lidípios (g): 18 / Proteínas (g): 27 / Cálcio (mg): 281,62 / Ferro (mg): 4,45 / Vitamina A (mcg): 265,93 / Vitamina C (mcg): 54,83				
SEMANA 4 TARDE	Energia (Kcal): 322 / Carboidrato (g): 53 / Lidípios (g): 6 / Proteínas (g): 14 / Cálcio (mg): 179,34 / Ferro (mg): 1,35 / Vitamina A (mcg): 490,96 / Vitamina C (mcg): 52,40				
SEMANA 5 TARDE	Energia (Kcal): 319 / Carboidrato (g): 53 / Lidípios (g): 6 / Proteínas (g): 17 / Cálcio (mg): 180,56 / Ferro (mg): 1,32 / Vitamina A (mcg): 530,86 / Vitamina C (mcg): 47,41				