
		SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE FAZENDA RIO GRANDE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE CARDÁPIO CMEIS - 1 A 4 ANOS - INTEGRAL - NOVEMBRO 2025 CONSISTÊNCIA GERAL					
	17/nov	18/nov	19/nov	20/nov	21/nov		
Desjejum	Chá de camomila Pão de leite com queijo Melancia	Vitamina de mamão Pão de milho com creme de ricota Maçã	Leite Pão de leite com manteiga Banana	RECESSO			
Almoço	Arroz e feijão preto Carne moída ao molho Repolho refogado Salada de cenoura	Arroz e feijão carioca Frango desfiado com tomate Quirera Salada de couve flor e pepino	Arroz e feijão preto Strogonoff de carne Batata palito assada Salada de alface e tomate				
Lanche	Laranja	Melancia	Salada de frutas (banana, manga, maçã, suco de laranja)				
Jantar	Sopa de frango, macarrão, brócolis, batata e couve	Sopa de macarrão, carne moída, espinafre, cenoura e couve flor	Polenta Molho de frango (iscas de coxa e sobrecoxa) e espinafre Salada de brócolis				
	24/nov	25/nov	26/nov	27/nov	28/nov		
Desjejum	Chá de erva doce Pão de cenoura com queijo Melão	Leite e cacau Pão de leite com manteiga Laranja	Suco polpa de manga Muffin de maçã com uvas passas (central) Mamão	Vitamina de banana Pão de milho com queijo Melancia	Leite Pão de aveia com manteiga Banana		
Almoço	Arroz e feijão carioca Iscas de coxa e sobrecoxa ao molho com abobrinha Vagem com cenoura na manteiga Salada de pepino	Arroz e feijão preto Picadinho de carne com molho madeira Aipim sauté Salada de brócolis e chuchu	Arroz e feijão carioca Omelete de espinafre e cenoura Polenta Salada de alface e beterraba cozida	Arroz e feijão preto Carne moída ao molho com abobrinha Macarrão parafuso colorido Salada de acelga e couve flor	Arroz e feijão carioca Frango ensopado Brócolis na manteiga Salada de tomate		
Lanche	Maçã	Melancia	Banana	Salada de frutas com iogurte (banana, morango, maçã)	Manga com abacaxi		
Jantar	Sopa de feijão com carne moída, macarrão, espinafre e cenoura	Sopa de frango, arroz, couve flor, cenoura e repolho	Sopa de carne moída com macarrão, batata, brócolis e abobrinha	Quirera Molho de frango com abobrinha Salada de alface	Pão de leite com carne moída ao molho com cenoura ralada Suco polpa de uva		
Informação Nutricional							
SEMANA 3	Energia (Kcal): 861,7 / Carboidrato (g): 140,8 / Lipídeos (g): 17,2 / Proteínas (g): 40,1 / Cálcio (mg): 282,8 / Ferro (mg): 5 / Vitamina A (mcg): 407,1 / Vitamina C (mg): 79,2						
SEMANA 4	Energia (Kcal): 922,7 / Carboidrato (g): 150,7 / Lipídeos (g): 20,2 / Proteínas (g): 39,1 / Cálcio (mg): 256,5 / Ferro (mg): 5,6 / Vitamina A (mcg): 411,5 / Vitamina C (mg): 84,3						


Eduarda K. Bordinhão Barbosa
 Nutricionista Controller Operacional
 CRN 8 16305