

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE FAZENDA RIO GRANDE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE				
 SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO FAZENDA RIO GRANDE		PREFEITURA MUNICIPAL DE DE EDUCAÇÃO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE CARDÁPIO EJA OUTUBRO / 2023		
 Grupo Risotolândia				
SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
02/10/23	03/10/23	04/10/23	05/10/23	06/10/23
Sopa canja (cenoura e batata AF) Laranja	Arroz parbolizado Feijão carioca Isclas de frango ao molho sugo Farofa de couve manteiga	Arroz parbolizado Feijão preto Carne de panela com cenoura AF Salada de alface AF Banana AF	Arroz parbolizado Feijão preto Isclas de frango refogado yakissoba	Arroz parbolizado Feijão carioca Carne moída ao molho Farofa de repolho e cenoura Mamão
SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
09/10/23	10/10/23	11/10/23	12/10/23	13/10/23
Macarrão com carne e abobrinha Salada de beterraba ralada	Arroz parbolizado Isclas de frango ao sugo Purê de batata Salada de repolho	Arroz parbolizado Feijão preto Omelete Salada de brócolis e couve flor AF Maçã AF	FERIADO	RECESSO
SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
16/10/23	17/10/23	18/10/23	19/10/23	20/10/23
Arroz parbolizado Feijão carioca Carne de panela Salada de cenoura ralada	Polenta com molho de frango e legumes (abobrinha e batata) Salada de beterraba cozida Laranja	Arroz parbolizado Feijão preto Peixe ao molho Salada de cenoura cozida AF	Arroz parbolizado Feijão carioca Picadinho de carne Salada de brócolis AF Maçã AF	Risoto de frango Salada de alface AF Banana AF
SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
23/10/23	24/10/23	25/10/23	26/10/23	27/10/23
Polenta com molho de frango e legumes (abobrinha e batata) Salada de repolho AF	Arroz parbolizado Strogonoff de carne Batata souteé Salada de cenoura ralada	Arroz parbolizado Feijão carioca Carne moída refogada Salada de couve flor e brócolis AF Mamão picado	Macarrão com molho de frango e Salada de alface Banana AF	Arroz parbolizado Virado de feijão Ovos mexidos Salada de alface AF e tomate
SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
30/10/23	31/10/23	01/11/23	02/11/23	03/11/23
Arroz parbolizado Feijão carioca Fricas de frango com batata palha Salada de beterraba ralada	Arroz parbolizado Feijão preto Vaca atolata (aipim AF) Farofa de couve manteiga Salada de alface e tomate			
 THAIS FÉLIX CRN: 10439 Nutricionista Supervisora Grupo Risoto, Andia.				
Cardápio sujeito à alteração / Agricultura Familiar - AF				
SEMANA 1	Energia (Kcal): 760 / Carboidrato (g): 112 / Lípidios (g): 15 / Proteínas (g): 42			
SEMANA 2	Energia (Kcal): 713 / Carboidrato (g): 82 / Lípidios (g): 15 / Proteínas (g): 35			
SEMANA 3	Energia (Kcal): 717 / Carboidrato (g): 97 / Lípidios (g): 9 / Proteínas (g): 35			
SEMANA 4	Energia (Kcal): 653 / Carboidrato (g): 94 / Lípidios (g): 17 / Proteínas (g): 31			
SEMANA 5	Energia (Kcal): 739 / Carboidrato (g): 119 / Lípidios (g): 11 / Proteínas (g): 37			