

SECRETARIA  
MUNICIPAL DE  
EDUCAÇÃOSECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE FAZENDA RIO GRANDE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE  
CARDÁPIO CMEIS - 1 A 4 ANOS - PARCIAL - NOVEMBRO 2025  
CONSISTÊNCIA GERAL

	3/nov	4/nov	5/nov	6/nov	7/nov
<b>Desjejum</b>	Chá de erva doce Pão de milho com queijo Melão	Leite Pão de leite com manteiga Maçã	Vitamina de mamão Pão de cenoura com manteiga Banana	Suco polpa de maçã Pão de leite com creme de ricota Manga com morango	Leite Bolo de cacau sem açúcar (central) Mamão
<b>Almoço</b>	Arroz e feijão preto Ovos mexidos Cenoura sauté Salada de pepino	Arroz e feijão carioca Isclas de coxa e sobrecoxa ao molho sugo Purê de batatas Salada de repolho roxo	Arroz e feijão preto Carne moída com espinafre Couve-flor refogada Salada de chuchu e cenoura	Arroz e feijão carioca Fricassê de frango Repolho refogado Salada de tomate	Arroz e feijão preto Tiras de carne ao molho Quirera Salada de alface e beterraba
<b>Lanche</b>	Laranja + Leite	Melancia + Leite	Salada de frutas (banana, manga, maçã, suco de laranja) + Leite	Mamão + Leite	Banana + Leite
<b>Jantar</b>	Sopa canja	Macarrão parafuso ao sugo Carne moída ao molho com legumes (brócolis, cenoura, tomate)	Polenta Frango empanado assado Couve refogada	Sopa de feijão com carne moída, macarrão, cenoura, chuchu e batata	Sopa de frango, macarrão, chuchu, cenoura, abóbora e repolho
	10/nov	11/nov	12/nov	13/nov	14/nov
<b>Desjejum</b>	Chá de erva cidreira Pão de leite com queijo Laranja	Leite Pão de aveia com manteiga Maçã	Suco polpa de uva Pão de leite com queijo Banana	Vitamina de morango com banana Pão de leite com manteiga Mamão	Leite Bolo de banana com aveia sem açúcar (central) Manga com melão
<b>Almoço</b>	Arroz e feijão carioca Cubos de frango na manteiga Polenta Salada de cenoura e chuchu	Arroz e feijão preto Carne moída com espinafre Macarrão espaguete alho e óleo Salada de pepino	Arroz e feijão carioca Molho de frango Jardineira de legumes (batata, vagem, cenoura) Salada de repolho	Arroz e feijão preto Barreado Farofa de cenoura e espinafre Salada de alface e tomate	Arroz e feijão carioca Cubinhos de frango ao molho Brócolis refogado Salada de beterraba cozida
<b>Lanche</b>	Manga com Melão + Leite	Laranja + Leite	Melancia + Leite	Banana + Leite	Maçã + Leite
<b>Jantar</b>	Sopa de carne moída com macarrão, abobrinha e batata salsa	Risoto de frango com cenoura e espinafre Salada de acelga	Sopa de feijão com carne moída, macarrão e couve	Quirera Isclas de coxa e sobrecoxa na manteiga Salada de tomate	Sopa creme de aipim com carne moída, cenoura, vagem e couve

## Informação Nutricional

<b>SEMANA 1 (MANHÃ)</b>	Energia (Kcal): 650,2 / Carboidrato (g): 99 / Lipídeos (g): 17,2 / Proteínas (g): 27,3 / Cálcio (mg): 242,7 / Ferro (mg): 3,8 / Vitamina A (mcg): 326,6 / Vitamina C (mg): 60
<b>SEMANA 1 (TARDE)</b>	Energia (Kcal): 358,5 / Carboidrato (g): 53,8 / Lipídeos (g): 8,2 / Proteínas (g): 19 / Cálcio (mg): 176,4 / Ferro (mg): 1,6 / Vitamina A (mcg): 247,5 / Vitamina C (mg): 49
<b>SEMANA 2 (MANHÃ)</b>	Energia (Kcal): 699,6 / Carboidrato (g): 114,1 / Lipídeos (g): 14,7 / Proteínas (g): 30 / Cálcio (mg): 219,7 / Ferro (mg): 3,7 / Vitamina A (mcg): 234,3 / Vitamina C (mg): 57,1
<b>SEMANA 2 (TARDE)</b>	Energia (Kcal): 336,5 / Carboidrato (g): 53 / Lipídeos (g): 7,5 / Proteínas (g): 16,4 / Cálcio (mg): 176,3 / Ferro (mg): 1,5 / Vitamina A (mcg): 230,2 / Vitamina C (mg): 39

  
 Eduarda K. Bordinhão Barbosa  
 Nutricionista Controlador Operacional  
 CRN 8 16305