

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE FAZENDA RIO GRANDE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE



CARDÁPIO CMEIS - 7 A 11 MESES E 29 DIAS
NOVEMBRO 2022
CONSISTÊNCIA PASTOSA



AF - AGRICULTURA FAMILIAR

	31/out	1/nov	2/nov	3/nov	4/nov	Informação nutricional	
Café da manhã	Fórmula Infantil II ou Maçã	Fórmula Infantil II ou manga	FERIADO	Fórmula Infantil II ou Maçã	Fórmula Infantil II ou Banana	Energia (Kcal):	540,2 Cálcio (mg): 285
Almoço	Papa de macarrão, batata salsa, carne, vagem e brócolis	Papa de frango, aipim com caldo de feijão, abobrinha (AF) e cenoura (AF)		Para de arroz com creme de couve flor (AF), frango, e cenoura (AF)	Papa de arroz nutritivo com caldo de feijão (Moída, abobrinha (AF), brócolis (AF) e espinafre (AF))	Carboidrato (g)	76 Ferro (mg): 6,52
Lanche da tarde	Papa de mamão	Papa de maçã		Papa de Banana (AF)	Papa de mamão	Lipídios (g):	16 Vitamina A (mcg): 620
Jantar	Quirera com molho de frango e abobrinha	Sopa de frango com macarrão, cenoura (AF), chuchu, abóbora e repolho (AF)		Quirera com molho de frango e legumes (cenoura (AF) e abobrinha (AF))	Sopa de frango com macarrão, brócolis (AF), abobrinha (AF) e batata doce	Proteína (g):	26 Vitamina C (mcg): 74,1
Informação nutricional							
Café da manhã	Fórmula Infantil II ou Maçã	Fórmula Infantil II ou Manga	9/nov	10/nov	11/nov	Energia (Kcal):	600 Cálcio (mg): 222
Almoço	Papa de arroz, caldo de feijão, frango, vagem, cenoura (AF)	Papa de arroz, caldo de feijão, carne, batata doce, couve flor (AF)	Papa de frango com aipim, caldo de feijão, abobrinha (AF) e cenoura (AF)	Papa de feijão, macarrão, carne, abóbora, espinafre (AF) e cenoura (AF)	Papa de arroz com frango, beterraba (AF) e couve flor (AF)	Carboidrato (g)	77 Ferro (mg): 4,39
Lanche da tarde	Mamão	Papa de abacate com fórmula	Papa de banana (AF)	Creme de morango (AF) com fórmula	Papa de maçã	Lipídios (g):	12 Vitamina A (mcg): 582
Jantar	Sopa canja (frango, arroz, batata (AF) e cenoura (AF) e tomate)	Papa de macarrão com carne, caldo de feijão e repolho (AF) refogado com cenoura (AF)	Sopa creme de aipim, carne, vagem, couve (AF) e cenoura (AF).	Polenta com molho de frango, espinafre (AF), abobrinha (AF)	Papa de risoto de frango com cenoura (AF) e vagem	Proteína (g):	22 Vitamina C (mcg): 65,3
Informação nutricional							
Café da manhã	14/nov	15/nov	16/nov	17/nov	18/nov	Energia (Kcal):	505,1 Cálcio (mg): 220
Almoço	RECESSO	FERIADO	Fórmula Infantil II ou Manga	Fórmula Infantil II ou Banana (AF)	Fórmula Infantil II ou Mamão	Carboidrato (g)	72 Ferro (mg): 5,14
Lanche da tarde			Papa de arroz, batata salsa, carne, abobrinha (AF) e brócolis (AF)	Papa de arroz, frango, caldo de feijão, couve flor (AF), espinafre (AF)	Papa de batata caldo de feijão, carne, cenoura (AF) e abobrinha (AF)	Lipídios (g):	12 Vitamina A (mcg): 462
Jantar			Papa de maçã	Papa de abacate com fórmula	Papa de manga	Proteína (g):	24 Vitamina C (mcg): 68,5
			Sopa de frango com macarrão, brócolis (AF), abobrinha (AF) e batata doce	Quirera com molho de carne e legumes (cenoura (AF) e abobrinha (AF))	Sopa canja (arroz, batata e cenoura (AF), tomate)		
Informação nutricional							
Café da manhã	Fórmula Infantil II ou Maçã	Fórmula Infantil II ou Manga	Fórmula Infantil II ou Mamão	Fórmula Infantil II ou Banana (AF)	Fórmula Infantil II ou Maçã	Energia (Kcal):	514,6 Cálcio (mg): 232
Almoço	Papa de arroz, caldo de feijão, frango, chuchu e cenoura (AF)	Papa de carne, macarrão, caldo de feijão, abobrinha (AF) e espinafre (AF)	Papa de fubá, carne, abóbora e brócolis (AF)	Papa de frango, aipim, caldo de feijão, abobrinha (AF) e cenoura (AF)	Papa de arroz, caldo de feijão, brócolis (AF), espinafre (AF) e carne	Carboidrato (g)	78 Ferro (mg): 4,28
Lanche da tarde	Papa de mamão	Papa de maçã	Papa de Banana (AF)	Papa de manga	Mingau de aveia com banana (AF)	Lipídios (g):	10 Vitamina A (mcg): 486
Jantar	Papa de risoto de frango com espinafre (AF) Puré de Cenoura (AF)	Sopa de carne com macarrão, batata, abobrinha (AF) e brócolis (AF)	Polenta com molho de carne desfiada couve flor (AF)	Sopa canja (arroz, batata e cenoura (AF), tomate)	Sopa de feijão com carne, macarrão, batata e couve manteiga (AF)	Proteína (g):	24 Vitamina C (mcg): 69
Informação nutricional							
Café da manhã	Fórmula Infantil II ou Maçã	Fórmula Infantil II ou Manga	Fórmula Infantil II ou Mamão			Energia (Kcal):	440,3 Cálcio (mg): 236
Almoço	Papa de arroz, caldo de feijão, frango e legumes (abobrinha (AF) e e cenoura (AF))	Papa de fubá, abóbora com espinafre (AF) e carne	Papa caldo de feijão, macarrão espinafre (AF) e frango			Carboidrato (g)	62 Ferro (mg): 5,26
Lanche da tarde	Papa de mamão	Papa de maçã	Papa de Banana (AF)			Lipídios (g):	8 Vitamina A (mcg): 488
Jantar	Papa de caldo de feijão com macarrão, carne e refogado de acelga (AF) e cenoura (AF)	Sopa de carne com macarrão, abóbora, couve flor (AF) e batata salsa	Quirera com molho de frango e legumes (cenoura (AF) e abobrinha (AF))			Proteína (g):	25 Vitamina C (mcg): 72

Juliana Sauer
CRNB 1.3653
Nutricionista - Supervisora
GRUPO RISOTOLÂNDIA

Cardápio sujeito à alteração