
 SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO <b>PREFEITURA MUNICIPAL DE FAZENDA RIO GRANDE</b> SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO <b>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE</b> <b>CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL / LANCHE PERÍODO INTEGRAL / JULHO 2026</b>						
<b>PERÍODO</b>	<b>SEGUNDA-FEIRA</b>	<b>TERÇA-FEIRA</b>	<b>QUARTA-FEIRA</b>	<b>QUINTA-FEIRA</b>		
<b>DESJEJUM</b>			01/07/26 Chá mate Pão de leite com queijo Banana	02/07/26 Leite com cacau Pão de leite com manteiga Ponkan		
<b>ALMOÇO</b>			Arroz parbolizado Feijão Isclas de frango (sobrecoxa dessossada) ensopado com aipim Salada de alface com tomate	Arroz parbolizado Feijão Carne moída refogada com cenoura e abobrinha Quibebe		
<b>LANCHE</b>			Polenta cremosa com molho de frango (cenoura, abobrinha) Salada de repolho raladinho	Suco de uva Torta salgada de frango, brócolis e milho Banana		
<b>PERÍODO</b>	<b>SEGUNDA-FEIRA</b>	<b>TERÇA-FEIRA</b>	<b>QUARTA-FEIRA</b>	<b>QUINTA-FEIRA</b>		
<b>DESJEJUM</b>	06/07/26 Chá mate Pão com manteiga Mamão picado	07/07/26 Mingau de aveia Melão picado	08/07/26 Leite com cacau Bolo de fubá Banana	09/07/26 Leite Bolo de laranja Mamão picado		
<b>ALMOÇO</b>	Arroz parbolizado Feijão Carne de panela (iscas) com aipim e abóbora Legumes sautee (batata salsa, cenoura, chuchu) Salada de beterraba	Arroz parbolizado Feijão Coxa e sobrecoxa dessossada assada Salada de alface e tomate	Arroz parbolizado Feijão Quibe assado Purê de batatas Salada de pepino	Arroz parbolizado Feijão Carne moída ao molho com cenoura Farofa de repolho		
<b>LANCHE</b>	Sopa de canja com legumes (cenoura, batata, abobrinha) Torrada	Chá mate Pão de leite com patê de frango milho e cenoura Maçã	Polenta cremosa com molho de frango (cenoura, abobrinha) Salada de agrão	Sopa de feijão com carne moída e macarrão Torrada Ponkan		
<b>PERÍODO</b>	<b>SEGUNDA-FEIRA</b>	<b>TERÇA-FEIRA</b>	<b>QUARTA-FEIRA</b>	<b>QUINTA-FEIRA</b>		
<b>DESJEJUM</b>	13/07/26	14/07/26	15/07/26	16/07/26	<b>RECESSO</b>	
<b>ALMOÇO</b>						
<b>LANCHE</b>						
<b>PERÍODO</b>	<b>SEGUNDA-FEIRA</b>	<b>TERÇA-FEIRA</b>	<b>QUARTA-FEIRA</b>	<b>QUINTA-FEIRA</b>		
<b>DESJEJUM</b>	20/07/26	21/07/26	22/07/26	23/07/26	<b>RECESSO</b>	
<b>ALMOÇO</b>						
<b>LANCHE</b>						
<b>PERÍODO</b>	<b>SEGUNDA-FEIRA</b>	<b>TERÇA-FEIRA</b>	<b>QUARTA-FEIRA</b>	<b>QUINTA-FEIRA</b>		
<b>DESJEJUM</b>	27/07/26 Leite Pão com manteiga Maçã	28/07/26 Chá mate Pão com queijo Mamão picado	29/07/26 Chá mate Pão com requeijão Banana	30/07/26 Chá mate Biscoito salgado Maçã		
<b>ALMOÇO</b>	Arroz parbolizado Feijão Stroganoff de carne Batata palha Salada de pepino	Arroz parbolizado Feijão Frango ao molho com cenoura Creme de milho Salada de alface e tomate	Arroz parbolizado Feijão Carne moída refogada com abobrinha Purê de batatas Salada de repolho raladinho	Arroz parbolizado Feijão Ovos mexidos com espinafre Brócolis e cenoura refogada		
<b>LANCHE</b>	Sopa de feijão com macarrão, couve e carne Torrada Melão picado	Macarrão parafuso alho e óleo Frango ao molho com abobrinha Maçã	Leite Bolo mármore Mamão picado	Polenta cremosa com molho de frango e legumes (cenoura, abobrinha e tomate) Laranja		
<i>Feijão: para fins de base de cálculo e produção, deverá ser considerada a qualidade prevista no cardápio do ensino em período parcial.</i>						
Valdirene Hitler Padilha - Nutricionista CRN 8 - 1652 Cardápio sujeito a alterações						
<b>Informação Nutricional</b>						
<b>SEMANA 1</b>	Energia (Kcal): 1126 / Carboidrato (g): 175 / Lipídeos (g): 25 / Proteínas (g): 52					
<b>SEMANA 2</b>	Energia (Kcal): 1167 / Carboidrato (g): 192 / Lipídeos (g): 24 / Proteínas (g): 45					
<b>SEMANA 3</b>	RECESSO					
<b>SEMANA 4</b>	RECESSO					
<b>SEMANA 5</b>	Energia (Kcal): 1235 / Carboidrato (g): 198 / Lipídeos (g): 29 / Proteínas (g): 47					