

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



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



## AF - AGRICULTURA FAMILIAR

|                 | 3/out  | 4/out   | 5/out   | 6/out  | 7/out   | Informação Nutricional   |                               |                           |
|-----------------|--|---|---|--|---|--|-------------------------------|---------------------------|
| Café da manhã   | Fórmula Infantil II ou mamão   | Fórmula Infantil II ou manga  | Fórmula Infantil II ou banana                                       | Fórmula Infantil II ou maçã (AF)   | Fórmula Infantil II ou Banana (AF)                                    | Energia (Kcal):  | 539,8 Cálcio (mg): 294,5      |                           |
| Almoço          | Papa de carne, macarrão, abóbora e espinafre                             | Papa de frango, batata doce, chuchu e brócolis (AF) + arroz e caldo de feijão | Papa de arroz, batata salsa, carne, brócolis (AF) e couve flor (AF) | Papa de frango, macarrão, chuchu, vagem e abobrinha                        | Papa caldo de feijão, arroz, brócolis (AF) e frango                   | Carboidrato (g):   | 74 Ferro (mg): 5,59           |                           |
| Lanche da tarde | Papa de maçã (AF) cozida   | Creme de abacate (abacate e fórmula)  | Papa de banana (AF)   | Papa de mamão  | Papa de maçã (AF)   | Lidípios (g):  | 16 Vitamina A (mcg): 550,8    |                           |
| Jantar          | Sopa canja   | Papa de risoto de frango com cenoura (AF) e vagem                             | Papa de feijão, macarrão, carne, abóbora e vagem e cenoura (AF)     | Quirera com molho de frango e abobrinha                                    | Sopa de feijão com macarrão, carne, cenoura (AF) e couve (AF)         | Proteínas (g):   | 26 Vitamina C (mcg): 74,4     |                           |
|                 | 10/out   | 11/out  | 12/out  | 13/out   | 14/out  | Informação Nutricional   |                               |                           |
| Café da manhã   | Fórmula Infantil II ou Maçã (AF)   | Fórmula Infantil II ou Manga  | FERIADO   | Fórmula Infantil II ou Banana (AF)   | Fórmula Infantil II ou Mamão  | Energia (Kcal):  | 442,32 Cálcio (mg): 203,1     |                           |
| Almoço          | Papa de arroz, frango, cenoura (AF), abobrinha e vagem + caldo de feijão | Papa de arroz, carne, brócolis (AF) e cenoura (AF)                            |   | Fórmula Infantil II ou Maçã (AF)   | Papa de frango, batata doce, chuchu e brócolis (AF) + caldo de feijão | Papa de feijão, macarrão, carne, abóbora, vagem e cenoura (AF) | Carboidrato (g):              | 72 Ferro (mg): 4,1        |
| Lanche da tarde | Papa de mamão  | Creme de manga (manga batida)   |   | Creme de morango (AF) (fórmula e morango)                                  | Papa de banana (AF)   |  | Lidípios (g):                 | 9 Vitamina A (mcg): 393,3 |
| Jantar          | Sopa de feijão com macarrão e couve (AF) e batata                        | Papa de arroz, carne, batata doce e couve flor (AF)                           |   | Polenta com molho de frango com espinafre e abobrinha                      | Sopa de macarrão, frango, couve (AF), batata e brócolis (AF)          |  | Proteínas (g):                | 20 Vitamina C (mcg): 78,6 |
|                 | 17/out   | 18/out  | 19/out  | 20/out   | 21/out  | Informação Nutricional   |                               |                           |
| Café da manhã   | Fórmula Infantil II ou Maçã (AF)   | Fórmula Infantil II ou manga  | Fórmula Infantil II ou abacate com fórmula                          | Fórmula Infantil II ou Banana (AF)   | Fórmula Infantil II ou Mamão  | Energia (Kcal):  | 516,67 Cálcio (mg): 237,7     |                           |
| Almoço          | Papa de caldo de feijão, arroz, cenoura, repolho (AF) e frango           | Papa de fubá, carne e couve manteiga (AF)                                     | Papa de arroz, batata salsa, carne, brócolis (AF) e couve flor (AF) | Papa de arroz, caldo de feijão, frango, chuchu e cenoura (AF)              | Papa de batata (AF) caldo de feijão, carne, cenoura (AF) e abobrinha  | Carboidrato (g):   | 78 Ferro (mg): 5,28           |                           |
| Lanche da tarde | Papa de mamão  | Papa de maçã (AF)   | Papa de banana (AF)   | Papa de abacate com fórmula  | Papa de manga   | Lidípios (g):  | 12 Vitamina A (mcg): 488,9    |                           |
| Jantar          | Sopa de feijão, macarrão, espinafre e cenoura (AF)                       | Quirera com molho de carne e Salada de acelga (AF)                            | Sopa de frango com legumes (abobrinha, cenoura (AF) e batata)       | Papa de macarrão ao molho bolonhesa, cenoura (AF) e espinafre              | Papa de risoto de frango, cenoura e vagem Salada de repolho (AF)      | Proteínas (g):   | 25 Vitamina C (mcg): 70,09    |                           |
|                 | 24/out   | 25/out  | 26/out  | 27/out   | 28/out  | Informação Nutricional   |                               |                           |
| Café da manhã   | Fórmula Infantil II ou maçã  | Fórmula Infantil II ou manga  | Fórmula Infantil II ou Banana (AF)                                  | Fórmula Infantil II ou Mamão   | FERIADO MUNICIPAL   | Energia (Kcal):  | 400 Cálcio (mg): 198,73       |                           |
| Almoço          | Papa de batata, caldo de feijão, carne, cenoura e abobrinha              | Papa de frango com aipim, caldo de feijão, abobrinha (AF) e acelga (AF)       | Papa de arroz, carne, brócolis (AF) e cenoura + caldo de feijão     | Papa de frango, beterraba (AF) e couve flor (AF) e arroz + caldo de feijão |   | Carboidrato (g):   | 62 Ferro (mg): 4,14           |                           |
| Lanche da tarde | Papa de mamão  | Papa de manga   | Papa de maçã (AF)   | Papa de banana (AF)  |   | Lidípios (g):  | 9 Vitamina A (mcg): 341,18    |                           |
| Jantar          | Polenta com molho de carne desfiada com couve (AF) e cenoura             | Sopa de carne com macarrão, abobrinha (AF) e batata salsa                     | Madalena de carne repolho (AF) refogado                             | Sopa canja   |   | Proteínas (g):   | 20 Vitamina C (mcg): 46,48    |                           |
|                 | 31/out   |   |   |  |   | Informação Nutricional   |                               |                           |
| Café da manhã   | Fórmula Infantil II ou Maçã  |   |   |  |   | Energia (Kcal):  | 630,8 Cálcio (mg): 332,29     |                           |
| Almoço          | Papa de macarrão, batata salsa, carne, vagem e brócolis                  |   |   |  |   | Carboidrato (g):   | 83,14 Ferro (mg): 8,44        |                           |
| Lanche da tarde | Papa de abacate com fórmula  |   |   |  |   | Lidípios (g):  | 20,69 Vitamina A (mcg): 517   |                           |
| Jantar          | Quirera com molho de frango e abobrinha                                  |   |   |  |   | Proteínas (g):   | 31,67 Vitamina C (mcg): 65,78 |                           |

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
JULIANA SAUER  
CRME 15503  
Nutricionista - Supervisora  
GRUPO RISOTOLÂNDIA

Cardápio sujeito à alteração