

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

CARDÁPIO CMEI LACTÁRIO – INFANTIL 2023

7 MESES A 11 MESES
CONSISTÊNCIA PASTOSA
NOVEMBRO 2023

	SEGUNDA 30/10	TERÇA 31/10	QUARTA 01/11	QUINTA 02/11	SEXTA 03/11
Café da manhã	Fórmula Infantil II ou Mamão	Fórmula Infantil II ou Maçã cozida	Fórmula Infantil II ou Banana (AF)		
Almoço	Papa de Arroz e Caldo de Feijão	Papa de arroz e caldo de feijão	Papa de Arroz e Caldo de Feijão		
	Carde desfiada	Frango ensopado desfiado	Carne desfiada ensopada	FERIADO	RECESSO
	Cenoura, abobora e repolho	Abobrinha, couve flor, beterraba	Batata, cenoura e chuchu		
Lanche da tarde	Papa de maçã (AF) cozida	Crema de abacate com fórmula	Papa de pêra		
Jantar	Polenta com molho de frango, cenoura AF ralada e abobrinha AF	Sopa de carne com macarrão, brócolis AF, abobrinha AF e batata salsa	Sopa canja (frango, arroz, batata AF e cenoura AF e tomate)		
	SEGUNDA 06/11	TERÇA 07/11	QUARTA 08/11	QUINTA 09/11	SEXTA 10/11
Café da manhã	Fórmula Infantil II ou Abacate com fórmula	Fórmula Infantil II ou Mamão	Fórmula Infantil II ou Banana (AF)	Fórmula Infantil II ou Manga	Fórmula Infantil II ou Mamão
Almoço	Papa de Arroz e Caldo de Feijão	Papa de arroz e caldo de feijão	Papa de Arroz e Caldo de Feijão	Papa de arroz e caldo de feijão	Papa de Arroz e Caldo de Feijão
	Carde desfiada	Frango ensopado desfiado	Carne desfiada ensopada	Frango ensopado desfiado	Carne desfiada ensopada
	Cenoura (AF), abobrinha, repolho	Aipim, abobrinha e vagem	Abobrinha, batata e chuchu	Brócolis, cenoura e repolho	Batata salsa, chuchu e vagem
Lanche da tarde	Papa de maçã (AF) cozida	Crema de manga (batido)	Papa de pêra	Papa de banana	Crema de abacate com banana
Jantar	Sopa de carne com macarrão, batata (AF), brócolis (AF) e abobrinha (AF)	Macarronada com molho bolonhesa, milho e ervilha Salada de repolho (AF)	Quirera com molho de carne com espinafre e abobrinha Salada de acelga (AF)	Sopa de fubá, frango e abobrinha AF, batata AF e cenoura AF	Sopa de feijão, carne, macarrão, batata (AF) e couve manteiga (AF)
	SEGUNDA 13/11	TERÇA 14/11	QUARTA 15/11	QUINTA 16/11	SEXTA 17/11
Café da manhã	Fórmula Infantil II ou Mamão	Fórmula Infantil II ou Abacate com fórmula		Fórmula Infantil II ou Manga	Fórmula Infantil II ou Mamão
Almoço	Papa de Arroz e Caldo de Feijão	Papa de arroz e caldo de feijão		Papa de Arroz e Caldo de Feijão	Papa de Arroz e Caldo de Feijão
	Carde desfiada	Frango ensopado desfiado		Frango desfiado	Carne desfiada
	Couve, cenoura e chuchu	Aipim, acelga, brócolis	FERIADO	Couve, cenoura e couve flor	Beterraba, espinafre e chuchu
Lanche da tarde	Papa de maçã (AF) cozida	Papa de mamão		Papa de banana (AF)	Papa de abacate com fórmula
Jantar	Papa de Risoto cremoso de frango com espinafre e milho verde Salada de Beterraba (AF)	Polenta com molho de carne desfiada e cenoura (AF) e couve manteiga (AF) Salada de Acelga (AF)		Sopa de frango com macarrão, batata AF, brócolis AF, abobrinha AF, e batata doce	Sopa de feijão, carne, macarrão, espinafre (AF) e cenoura (AF)

Informação Nutricional

SEMANA 1	Energia (Kcal): 529 / Carboidrato (g): 84 / Lípidios (g): 15 / Proteínas (g): 17 / Cálcio (mg): 372 / Ferro (mg): 4,8 / Vitamina A (mcg): 680,8 / Vitamina C (mcg): 59,08
SEMANA 2	Energia (Kcal): 653,6 / Carboidrato (g): 112 / Lípidios (g): 14 / Proteínas (g): 25 / Cálcio (mg): 252,1 / Ferro (mg): 5,47 / Vitamina A (mcg): 545,18 / Vitamina C (mcg): 122,45
SEMANA 3	Energia (Kcal): 637 / Carboidrato (g): 98 / Lípidios (g): 17,37 / Proteínas (g): 25 / Cálcio (mg): 306 / Ferro (mg): 5,76 / Vitamina A (mcg): 723,14 / Vitamina C (mcg): 136,26
SEMANA 4	Energia (Kcal): 599 / Carboidrato (g): 101 / Lípidios (g): 13 / Proteínas (g): 24 / Cálcio (mg): 263,5 / Ferro (mg): 5,32 / Vitamina A (mcg): 714 / Vitamina C (mcg): 97,2
SEMANA 5	Energia (Kcal): 530 / Carboidrato (g): 107,03 / Lípidios (g): 15 / Proteínas (g): 23 / Cálcio (mg): 253,82 / Ferro (mg): 5,33 / Vitamina A (mcg): 442,6 / Vitamina C (mcg): 86

Cardápio sujeito à alteração

BRUNA KOSCIURENSKI
 Nutricionista Controller
 CRN8 15180P