
		<b>SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE FAZENDA RIO GRANDE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE</b> <b>CARDÁPIO CMEIS - 1 A 4 ANOS - PARCIAL - JULHO 2026</b> <b>CONSISTÊNCIA GERAL</b>				
Segunda-feira		Terça-feira		Quinta-feira		
6/jul		7/jul		9/jul		
<b>Desjejum</b>	Leite com cacau Pão de leite com manteiga Maçã AF	Chá de erva doce Pão de queijo Banana orgânica AF	Leite morno Pão de aveia com creme de ricota Morango AF	Chá de erva doce Omelete Maçã AF	Chá de camomila (com leite) Omelete Pão de cenoura com manteiga Melão	
<b>Almoço</b>	Arroz e Feijão carioca AF Carne moída ao molho Aipim AF sautee Salada de pepino AF com chuchu	Arroz e Feijão preto AF Isclas de coxa de frango ao molho Jardineira de legumes (chuchu, batata AF e cenoura orgânica AF) Salada de acelga com tomate	Arroz e Feijão carioca AF Strogonoff de carne Purê de batata AF Salada de alface AF	Arroz e Feijão carioca Fricassê de frango Brócolis com chuchu na manteiga Salada de tomate com pepino AF	Arroz e Feijão preto Quibe de forno Abóbora orgânica AF refoçada em cubinhos Salada de alface com lentilha	
<b>Lanche</b>	Melão + Leite	Laranja AF + Leite	Banana orgânica AF + Leite	Salada de frutas (banana orgânica AF, mamão, maçã AF e suco de laranja) + Leite	Laranja AF + Leite	
<b>Jantar</b>	Sopa de frango, macarrão, abobrinha, abóbora AF e espinafre	Macarrão colorido com molho de carne moída, milho e ervilha Salada de repolho roxo	Sopa de fubá AF com frango e legumes (cenoura orgânica AF e couve flor AF)	Risoto de frango com abobrinha AF e espinafre	Sopa de feijão com carne, macarrão e espinafre	
<b>Desjejum</b>	Leite com cacau Pão de leite com manteiga Maçã AF	Chá de erva doce Pão de queijo Banana orgânica AF	Leite morno Pão de aveia com creme de ricota Morango AF	Chá de camomila (com leite) Pão de leite com manteiga Banana AF	Chá de erva doce Omelete Maçã AF	
<b>Almoço</b>	Arroz e Feijão carioca AF Carne moída ao molho Aipim AF sautee Salada de pepino AF com chuchu	Arroz e Feijão preto AF Isclas de coxa de frango ao molho Jardineira de legumes (chuchu, batata AF e cenoura orgânica AF) Salada de acelga com tomate	Arroz e Feijão carioca AF Strogonoff de carne Purê de batata AF Salada de alface AF	Arroz AF e Feijão preto AF Isclas de coxa de frango ensopado Quirera AF Salada de beterraba AF e vagem AF	Arroz AF e Feijão carioca AF Carne desfiada ao molho escuro com ervas Farofa de banana orgânica AF Salada de acelga AF com cenoura orgânica ralada AF	
<b>Lanche</b>	Melão + Leite	Laranja AF + Leite	Banana orgânica AF + Leite	Kiwi, melão e mamão + Leite	Mamão + Leite	
<b>Jantar</b>	Sopa de frango, macarrão, abobrinha, abóbora AF e espinafre	Macarrão colorido com molho de carne moída, milho e ervilha Salada de repolho roxo	Sopa de fubá AF com frango e legumes (cenoura orgânica AF e couve flor AF)	Sopa de feijão AF com macarrão, carne, chuchu e couve	Quirera molho de frango com abobrinha AF Salada de tomate AF	
<b>Desjejum</b>	Leite com cacau Pão de leite com manteiga Maçã AF	Chá de erva doce Pão de queijo Banana orgânica AF	Leite morno Pão de aveia com creme de ricota Morango AF	Chá de camomila (com leite) Pão de leite com manteiga Banana AF	Chá de erva doce Omelete Maçã AF	
<b>Almoço</b>	Arroz e Feijão carioca AF Carne moída ao molho Aipim AF sautee Salada de pepino AF com chuchu	Arroz e Feijão preto AF Isclas de coxa de frango ao molho Jardineira de legumes (chuchu, batata AF e cenoura orgânica AF) Salada de acelga com tomate	Arroz e Feijão carioca AF Strogonoff de carne Purê de batata AF Salada de alface AF	Arroz AF e Feijão preto AF Isclas de coxa de frango ensopado Quirera AF Salada de beterraba AF e vagem AF	Arroz AF e Feijão carioca AF Carne desfiada ao molho escuro com ervas Farofa de banana orgânica AF Salada de acelga AF com cenoura orgânica ralada AF	
<b>Lanche</b>	Melão + Leite	Laranja AF + Leite	Banana orgânica AF + Leite	Kiwi, melão e mamão + Leite	Mamão + Leite	
<b>Jantar</b>	Sopa de frango, macarrão, abobrinha, abóbora AF e espinafre	Macarrão colorido com molho de carne moída, milho e ervilha Salada de repolho roxo	Sopa de fubá AF com frango e legumes (cenoura orgânica AF e couve flor AF)	Sopa de feijão AF com macarrão, carne, chuchu e couve	Quirera molho de frango com abobrinha AF Salada de tomate AF	
<b>Desjejum</b>	Leite com cacau Pão de leite com manteiga Maçã AF	Chá de erva doce Pão de queijo Banana orgânica AF	Leite morno Pão de aveia com creme de ricota Morango AF	Chá de camomila (com leite) Pão de leite com manteiga Banana AF	Chá de erva doce Omelete Maçã AF	
<b>Almoço</b>	Arroz e Feijão carioca AF Carne moída ao molho Aipim AF sautee Salada de pepino AF com chuchu	Arroz e Feijão preto AF Isclas de coxa de frango ao molho Jardineira de legumes (chuchu, batata AF e cenoura orgânica AF) Salada de acelga com tomate	Arroz e Feijão carioca AF Strogonoff de carne Purê de batata AF Salada de alface AF	Arroz AF e Feijão preto AF Isclas de coxa de frango ensopado Quirera AF Salada de beterraba AF e vagem AF	Arroz AF e Feijão carioca AF Carne desfiada ao molho escuro com ervas Farofa de banana orgânica AF Salada de acelga AF com cenoura orgânica ralada AF	
<b>Lanche</b>	Melão + Leite	Laranja AF + Leite	Banana orgânica AF + Leite	Kiwi, melão e mamão + Leite	Mamão + Leite	
<b>Jantar</b>	Sopa de frango, macarrão, abobrinha, abóbora AF e espinafre	Macarrão colorido com molho de carne moída, milho e ervilha Salada de repolho roxo	Sopa de fubá AF com frango e legumes (cenoura orgânica AF e couve flor AF)	Sopa de feijão AF com macarrão, carne, chuchu e couve	Quirera molho de frango com abobrinha AF Salada de tomate AF	
<b>Desjejum</b>	Leite com cacau Pão de leite com manteiga Maçã AF	Chá de erva doce Pão de queijo Banana orgânica AF	Leite morno Pão de aveia com creme de ricota Morango AF	Chá de camomila (com leite) Pão de leite com manteiga Banana AF	Chá de erva doce Omelete Maçã AF	
<b>Almoço</b>	Arroz e Feijão carioca AF Carne moída ao molho Aipim AF sautee Salada de pepino AF com chuchu	Arroz e Feijão preto AF Isclas de coxa de frango ao molho Jardineira de legumes (chuchu, batata AF e cenoura orgânica AF) Salada de acelga com tomate	Arroz e Feijão carioca AF Strogonoff de carne Purê de batata AF Salada de alface AF	Arroz AF e Feijão preto AF Isclas de coxa de frango ensopado Quirera AF Salada de beterraba AF e vagem AF	Arroz AF e Feijão carioca AF Carne desfiada ao molho escuro com ervas Farofa de banana orgânica AF Salada de acelga AF com cenoura orgânica ralada AF	
<b>Lanche</b>	Melão + Leite	Laranja AF + Leite	Banana orgânica AF + Leite	Kiwi, melão e mamão + Leite	Mamão + Leite	
<b>Jantar</b>	Sopa de frango, macarrão, abobrinha, abóbora AF e espinafre	Macarrão colorido com molho de carne moída, milho e ervilha Salada de repolho roxo	Sopa de fubá AF com frango e legumes (cenoura orgânica AF e couve flor AF)	Sopa de feijão AF com macarrão, carne, chuchu e couve	Quirera molho de frango com abobrinha AF Salada de tomate AF	
<b>Desjejum</b>	Leite com cacau Pão de leite com manteiga Maçã AF	Chá de erva doce Pão de queijo Banana orgânica AF	Leite morno Pão de aveia com creme de ricota Morango AF	Chá de camomila (com leite) Pão de leite com manteiga Banana AF	Chá de erva doce Omelete Maçã AF	
<b>Almoço</b>	Arroz e Feijão carioca AF Carne moída ao molho Aipim AF sautee Salada de pepino AF com chuchu	Arroz e Feijão preto AF Isclas de coxa de frango ao molho Jardineira de legumes (chuchu, batata AF e cenoura orgânica AF) Salada de acelga com tomate	Arroz e Feijão carioca AF Strogonoff de carne Purê de batata AF Salada de alface AF	Arroz AF e Feijão preto AF Isclas de coxa de frango ensopado Quirera AF Salada de beterraba AF e vagem AF	Arroz AF e Feijão carioca AF Carne desfiada ao molho escuro com ervas Farofa de banana orgânica AF Salada de acelga AF com cenoura orgânica ralada AF	
<b>Lanche</b>	Melão + Leite	Laranja AF + Leite	Banana orgânica AF + Leite	Kiwi, melão e mamão + Leite	Mamão + Leite	
<b>Jantar</b>	Sopa de frango, macarrão, abobrinha, abóbora AF e espinafre	Macarrão colorido com molho de carne moída, milho e ervilha Salada de repolho roxo	Sopa de fubá AF com frango e legumes (cenoura orgânica AF e couve flor AF)	Sopa de feijão AF com macarrão, carne, chuchu e couve	Quirera molho de frango com abobrinha AF Salada de tomate AF	
<b>Desjejum</b>	Leite com cacau Pão de leite com manteiga Maçã AF	Chá de erva doce Pão de queijo Banana orgânica AF	Leite morno Pão de aveia com creme de ricota Morango AF	Chá de camomila (com leite) Pão de leite com manteiga Banana AF	Chá de erva doce Omelete Maçã AF	
<b>Almoço</b>	Arroz e Feijão carioca AF Carne moída ao molho Aipim AF sautee Salada de pepino AF com chuchu	Arroz e Feijão preto AF Isclas de coxa de frango ao molho Jardineira de legumes (chuchu, batata AF e cenoura orgânica AF) Salada de acelga com tomate	Arroz e Feijão carioca AF Strogonoff de carne Purê de batata AF Salada de alface AF	Arroz AF e Feijão preto AF Isclas de coxa de frango ensopado Quirera AF Salada de beterraba AF e vagem AF	Arroz AF e Feijão carioca AF Carne desfiada ao molho escuro com ervas Farofa de banana orgânica AF Salada de acelga AF com cenoura orgânica ralada AF	
<b>Lanche</b>	Melão + Leite	Laranja AF + Leite	Banana orgânica AF + Leite	Kiwi, melão e mamão + Leite	Mamão + Leite	
<b>Jantar</b>	Sopa de frango, macarrão, abobrinha, abóbora AF e espinafre	Macarrão colorido com molho de carne moída, milho e ervilha Salada de repolho roxo	Sopa de fubá AF com frango e legumes (cenoura orgânica AF e couve flor AF)	Sopa de feijão AF com macarrão, carne, chuchu e couve	Quirera molho de frango com abobrinha AF Salada de tomate AF	
<b>Desjejum</b>	Leite com cacau Pão de leite com manteiga Maçã AF	Chá de erva doce Pão de queijo Banana orgânica AF	Leite morno Pão de aveia com creme de ricota Morango AF	Chá de camomila (com leite) Pão de leite com manteiga Banana AF	Chá de erva doce Omelete Maçã AF	
<b>Almoço</b>	Arroz e Feijão carioca AF Carne moída ao molho Aipim AF sautee Salada de pepino AF com chuchu	Arroz e Feijão preto AF Isclas de coxa de frango ao molho Jardineira de legumes (chuchu, batata AF e cenoura orgânica AF) Salada de acelga com tomate	Arroz e Feijão carioca AF Strogonoff de carne Purê de batata AF Salada de alface AF	Arroz AF e Feijão preto AF Isclas de coxa de frango ensopado Quirera AF Salada de beterraba AF e vagem AF	Arroz AF e Feijão carioca AF Carne desfiada ao molho escuro com ervas Farofa de banana orgânica AF Salada de acelga AF com cenoura orgânica ralada AF	
<b>Lanche</b>	Melão + Leite	Laranja AF + Leite	Banana orgânica AF + Leite	Kiwi, melão e mamão + Leite	Mamão + Leite	
<b>Jantar</b>	Sopa de frango, macarrão, abobrinha, abóbora AF e espinafre	Macarrão colorido com molho de carne moída, milho e ervilha Salada de repolho roxo	Sopa de fubá AF com frango e legumes (cenoura orgânica AF e couve flor AF)	Sopa de feijão AF com macarrão, carne, chuchu e couve	Quirera molho de frango com abobrinha AF Salada de tomate AF	

Cardápio sujeito a alterações | AF = Agricultura familiar  
 Valdirene Hitner Padiha - Nutricionista CRN 8 - 1652  
**OFERTAR LEITE NO DESJEJUM DIARIAMENTE PARA AS CRIANÇAS DO INFANTIL QUE APRESENTAREM 1 ANO OU MAIS.**

Informação Nutricional	
<b>SEMANA 1 (MANHÃ)</b>	Energia (Kcal): 580 / Carboidrato (g): 85 / Lipídeos (g): 15,3 / Proteínas (g): 27 / Cálcio (mg): 153 / Ferro (mg): 4 / Vitamina A (mcg): 354,4 / Vitamina C (mg): 42
<b>SEMANA 1 (TARDE)</b>	Energia (Kcal): 372 / Carboidrato (g): 59 / Lipídeos (g): 7 / Proteínas (g): 20 / Cálcio (mg): 181 / Ferro (mg): 1,8 / Vitamina A (mcg): 175 / Vitamina C (mg): 43
<b>SEMANA 2 (MANHÃ)</b>	Energia (Kcal): 676 / Carboidrato (g): 102 / Lipídeos (g): 18 / Proteínas (g): 28 / Cálcio (mg): 213,2 / Ferro (mg): 4 / Vitamina A (mcg): 207 / Vitamina C (mg): 34,2
<b>SEMANA 2 (TARDE)</b>	Energia (Kcal): 304 / Carboidrato (g): 43,4 / Lipídeos (g): 7 / Proteínas (g): 18,2 / Cálcio (mg): 176 / Ferro (mg): 1,6 / Vitamina A (mcg): 215 / Vitamina C (mg): 57
<b>SEMANA 3</b>	RECESSO

*Eduarda Karoline Bordinhão*  
 Eduarda Karoline Bordinhão  
 Nutricionista Controlador Operacional  
 CRN 8 16305