



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

PREFEITURA MUNICIPAL DE FAZENDA RIO GRANDE
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE CARDÁPIO DO EJA
LANCHE PERÍODO PARCIAL NOVEMBRO 2022



AGRICULTURA FAMILIAR - AF

PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS
	31/10/22	01/11/22	02/11/22	03/11/22	04/11/22	MÉDIA SEMANAL
MANHÃ E TARDE	ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE DE PANELA SALADA DE BETERRABA RALADA AF	ARROZ FEIJÃO PRETO ISCAS DE FRANGO AO MOLHO SUGO FAROFA DE REPOLHO	FERIADO	ARROZ FEIJÃO PRETO STROGONOFF DE CARNE BATATA SAUTEE BANANA AF	SOPA CAMPONESA MAMÃO PICADO	Energia (kcal): 594,28 Carboidrato (g): 89 Lípidos (g): 11 Proteína (g): 33
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS
	07/11/22	08/11/22	09/11/22	10/11/22	11/11/22	MÉDIA SEMANAL
MANHÃ E TARDE	MACARRÃO COM CARNE E ABOBRINHA SALADA DE CENOURA AF LARANJA	ARROZ FEIJÃO PRETO CARNE DE PANELA SALADA DE REPOLHO	ARROZ/FEIJAO CARIOCA CARNE MOIDA REFOGADA COM CENOURA (AF) CREME DE MILHO SALADA DE ALFACE (AF) BANANA AF	ARROZ FEIJÃO PRETO OMELETE SALADA DE TOMATE COM PEPINO (AF) MELANCIA	QUIRERA COM MOLHO DE FRANGO DESFIADO BANANA AF	Energia (kcal): 651,94 Carboidrato (g): 102 Lípidos (g): 13 Proteína (g): 31
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS
	14/11/22	15/11/22	16/11/22	17/11/22	18/11/22	MÉDIA SEMANAL
MANHÃ E TARDE	RECESSO	FERIADO	ARROZ FEIJÃO PRETO PEIXE AO MOLHO BATATA SAUTEE MELANCIA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PICADINHO DE CARNE COM BATATA E CENOURA AF SALADA DE PEPINO (AF) PÊSSEGO AF	POLENTA COM MOLHO DE FRANGO BANANA AF	Energia (kcal): 712,6 Carboidrato (g): 110 Lípidos (g): 12 Proteína (g): 40
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS
	21/11/22	22/11/22	23/11/22	24/11/22	25/11/22	MÉDIA SEMANAL
MANHÃ E TARDE	RISOTO DE FRANGO COM ABOBRINHA (AF) MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO PRETO STROGONOFF DE FRANGO PURÊ DE BATATA SALADA DE CENOURA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE MOIDA REFOGADA BROCOLIS SAUTEE (AF) BANANA AF	ARROZ FEIJÃO PRETO NHOQUE À BOLNHESA SALADA DE ALFACE (AF) PÊSSEGO AF	MACARRÃO COM MOLHO DE FRANGO E CENOURA AF SALADA DE BRÓCOLIS (AF) PÊSSEGO (AF)	Energia (kcal): 815,9 Carboidrato (g): 113 Lípidos (g): 13 Proteína (g): 41
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS
	28/11/22	29/11/22	30/11/22			MÉDIA SEMANAL
MANHÃ E TARDE	QUIRERA COM MOLHO DE FRANGO DESFIADO SALADA DE REPOLHO LARANJA	ARROZ FEIJÃO PRETO FRICASSE DE FRANGO CENOURA REFOGADA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE DE PANELA COM BATATAS SALADA DE TOMATE COM PEPINO (AF) MAÇÃ			Energia (kcal): 703,29 Carboidrato (g): 100 Lípidos (g): 16 Proteína (g): 42

Juliana Sauer
JULIANA SAUER
CRN8 13653
Nutricionista – Supervisora
GRUPO RISOTOLÂNDIA

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÃO