

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 OUTUBRO 2023				
	SEGUNDA 02/10	TERÇA 03/10	QUARTA 04/10	QUINTA 05/10	SEXTA 06/10
Desjejum	Fórmula Infantil II ou	Fórmula Infantil II ou	Fórmula Infantil II ou	Fórmula Infantil II ou	Fórmula Infantil II ou
	Mamão	Maça cozida	Banana (AF)	Manga	Abacate com fórmula
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 desfiado	Carne bovina desfiada
	Vagem, abobrinha e repolho	Abobrinha, couve flor, beterraba	Batata, cenoura e chuchu	Batata, cenoura (AF) e abóbora refogados	Papa de Cenoura, espinafre e acelga
Lanche	Papa de maçã (AF) cozida	Creme de abacate com fórmula	Papa de pêra com maçã	Papa de banana (AF)	Papa de mamão
Jantar	Sopa de carne, macarrão, abóbora, batata salsa e couve flor (AF)	Risoto de frango com legumes (cenoura AF e abobrinha AF) couve flor (AF)	Sopa de carne com macarrão, batata, brócolis (AF) e abobrinha (AF)	Polenta com molho de frango, cenoura (AF) e abobrinha (AF) Acelga (AF) refogada	Sopa de feijão com macarrão, carne, cenoura (AF) e couve (AF)
	SEGUNDA 09/10	TERÇA 10/10	QUARTA 11/10	QUINTA 12/10	SEXTA 13/10
Desjejum	Fórmula Infantil II ou Maça (AF)	Fórmula Infantil II ou	Fórmula Infantil II ou	FERIADO	RECESSO
	Maça (AF)	Mamão	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		
	Cenoura (AF), abobrinha, repolho	Aipim, abobrinha e vagem	Brócolis, cenoura (AF) e couve flor		
Lanche	Papa de maçã (AF) cozida	Creme de manga (batido)	Papa de pêra		
Jantar	Quirera com molho de carne com espinafre e abobrinha Acelga refogada(AF)	Sopa canja (cenoura (AF) batata (AF) e abobrinha) salsinha (AF)	Sopa de feijão, carne, macarrão, espinafre(AF), cenoura (AF)		
	SEGUNDA 16/10	TERÇA 17/10	QUARTA 18/10	QUINTA 19/10	SEXTA 20/10
Desjejum	Fórmula Infantil II ou	Fórmula Infantil II ou	Fórmula Infantil II ou	Fórmula Infantil II ou	Fórmula Infantil II ou
	Mamão	Abacate com fórmula	Banana (AF)	Manga	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 desfiado	Carne desfiada
	Brócolis, abobrinha e espinafre	Abobrinha, couve flor, repolho	Batata, cenoura e chuchu	Couve, cenoura e couve flor	Beterraba, espinafre e chuchu
Lanche	Papa de maçã (AF) cozida	Papa de mamão	Papa de pêra com maçã	Papa de banana (AF)	Papa de abacate e banana com fórmula
Jantar	Sopa de feijão,carne, macarrão,espinafre (AF) e cenoura (AF)	Polenta com molho de frango desfiado, cenoura AF e espinafre AF e Salada de acelga (AF)	Sopa creme de aipim AF, com carne, vagem, couve AF e cenoura AF	Macarrão colorido ao molho bolonhesa com espinafre (AF) e abobrinha (AF) Salada de tomate	Sopa canja (arroz, batata (AF), cenoura (AF) e abobrinha (AF)
Informação Nutricional					
SEMANA 1	Energia (Kcal): 551,3 / Carboidrato (g): 87/ Lídipios (g): 15 / Proteínas (g): 21 / Cálcio (mg): 288 ,2/91 08,7/Ferro (mg): 5 / Vitamina A (mcg): 517 / Vitamina C (mcg): 121				
SEMANA 2	Energia (Kcal): 573 / Carboidrato (g): 103 / Lídipios (g): 10 / Proteínas (g): 23 / Cálcio (mg): 236 / Ferro (mg): 5 / Vitamina A (mcg): 492 / Vitamina C (mcg): 81				
SEMANA 3	Energia (Kcal): 590 / Carboidrato (g): 104 / Lídipios (g): 11 / Proteínas (g): 23 / Cálcio (mg): 270 Ferro (mg): 5,7 / Vitamina A (mcg): 629 / Vitamina C (mcg): 121				
SEMANA 4	Energia (Kcal): 596,4 / Carboidrato (g): 66 / Lídipios (g): 142 / Proteínas (g): 21 / Cálcio (mg): 263 / Ferro (mg): 5/ Vitamina A (mcg): 714 / Vitamina C (mcg): 97				
SEMANA 5	Energia (Kcal): 605 / Carboidrato (g): 104 / Lídipios (g): 24 / Proteínas (g): 24 / Cálcio (mg): 352 / Ferro (mg): 6 / Vitamina A (mcg): 615 / Vitamina C (mcg): 113				
 THAÍS FÉLIX CRN 10439 Nutricionista Supervisora GRUPO RISOTOLÂNDIA					
Cardápio sujeito à alteração / AF - agricultura familiar.					