

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

 SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO FAZENDA RIO GRANDE	CARDÁPIO CMEI – Infantil I, II e III				 Grupo Risotolândia	
	13 MESES A 4 A		CONSISTÊNCIA NORMAL - INTEGRAL			OUTUBRO/ 2024
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	
	30/set	1/out	2/out	3/out	4/out	
Desjejum	Leite com cacau	Chá de cidreira	Vitamina de mamão	Chá de camomila	Leite	
	Pão de leite com queijo	Pão de cenoura com manteiga	Torta de legumes (cenoura, couve flor e abobrinha)	Pão de forma (AF) com manteiga	Pão de forma (AF) com manteiga	
	Maçã	Laranja	Banana (AF)	Manga	Mamão	
Almoço	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	
	Carne moída refogada com cheiro verde (AF)	Frango cubinhos grelhado	Isclas de carne bovina com molho escuro	Isclas de coxa de Frango ensopado	Carne moída com milho e cheiro verde (AF)	
	Abóbora refogada	Milho verde refogado na manteiga com cheiro verde AF	Macarrão parafuso ao sugo	Batata, cenoura (AF) e abóbora refogados	Repolho (AF) refogado	
	Salada de cenoura (AF) cozida e acelga (AF)	Salada de beterraba (AF)	Salada de alface (AF)	Salada de tomate e chuchu com limão e orégano	Salada de brócolis (AF)	
Lanche	Laranja	Manga	Banana (AF)	Maçã	Salada de frutas (Maçã, Banana AF, mamão, manga e suco de laranja)	
Jantar	Sopa de frango, macarrão, chuchu, cenoura (AF), abóbora e repolho	Risoto de frango com legumes (cenoura AF e abobrinha AF) Salada de couve flor (AF)	Sopa de carne bovina com macarrão, batata, brócolis (AF) e abobrinha (AF)	Quirera com molho de frango com espinafre (AF) e abobrinha (AF) Salada de acelga (AF)	Sopa de feijão com macarrão, carne bovina, batata (AF) e couve (AF)	
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	
	7/out	8/out	9/out	10/out	11/out	
Desjejum	Leite com cacau	Chá de erva doce	Leite	Chá de camomila	Leite com frutas (mamão, maçã e banana)	
	Pão de leite com queijo	Pão de cenoura com manteiga	Pão de aveia com manteiga	Pão de forma (AF) com manteiga	Pão de forma (AF) com manteiga	
	Melão	Laranja	Maçã	Mamão	Banana (AF)	
Almoço	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	
	Omelete	Frango desfiado ao molho	Carne moída ao sugo	Isclas de coxa de Frango empanado assado	Strogonoff de carne bovina (iscas)	
	Purê de abóbora	Jardineira (cenoura AF, abobrinha e chuchu)	Farofa de espinafre e cenoura (AF)	Macarrão gravatinha ao sugo	Batata palito cozida e assada	
	Salada de acelga (AF)	Salada de pepino (AF)	Salada de alface (AF)	Salada de beterraba (AF)	Salada de repolho (AF) com tomate	
Lanche	Mamão	Maçã	Banana (AF)	Smothie – iogurte, leite banana, maçã e morango AF 180g	Salada de frutas (Maçã AF, Banana AF, mamão, manga e suco de laranja) + iogurte (separado, só pra quem quiser)	
Jantar	Polenta com molho de frango, cenoura (AF) e abobrinha (AF) Salada de beterraba (AF)	Sopa de carne bovina, macarrão, abóbora, batata salsa (AF) e couve flor (AF)	Sopa de frango, macarrão, brócolis (AF), abobrinha e batata doce (AF)	Pizza 150g (frango, queijo, milho, tomate e orégano) e Suco de polpa de morango 150ml	Pão com carne moída, cenoura e cheiro verde AF ao molho sugo Suco de polpa de uva	