

|                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                            |                                                                                                                        |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <div>SECRETARIA<br/>MUNICIPAL DE<br/>EDUCAÇÃO</div> | SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE FAZENDA RIO GRANDE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE                                                                         |                                                                                                                                            |                                                                                                                        |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                       |
|                                                                                                                                    | CARDÁPIO CMEIS - 1 A 4 ANOS - INTEGRAL - SETEMBRO 2025                                                                                                                           |                                                                                                                                            |                                                                                                                        |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                       |
|                                                                                                                                    | CONSISTÊNCIA GERAL                                                                                                                                                               |                                                                                                                                            |                                                                                                                        |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                       |
|                                                                                                                                    | 22/set                                                                                                                                                                           | 23/set                                                                                                                                     | 24/set                                                                                                                 | 25/set                                                                                                                | 26/set                                                                                                                                                                                |
| Desjejum                                                                                                                           | Chá de erva cidreira<br>Pão de cenoura com queijo<br>Laranja                                                                                                                     | Leite com cacau<br>Pão de abóbora com manteiga<br>Maçã AF                                                                                  | Vitamina de banana orgânica AF<br>Pão de forma AF com creme de ricota<br>Manga                                         | Suco de uva integral AF<br>Muffin de maçã com uvas passas sem açúcar<br>Mamão                                         | Chá de camomila (com leite)<br>Pão de leite com manteiga<br>Banana AF                                                                                                                 |
| Almoço                                                                                                                             | Arroz e feijão preto<br>Peixe empanado assado<br>Creme de milho com ervilhas<br>Salada de abobrinha e tomate                                                                     | Arroz e feijão carioca<br>Carne moída com abobrinha<br>Repolho orgânico AF refogado com orégano<br>Salada de beterraba AF cozida           | Arroz e feijão preto<br>Frango em cubos a camponesa<br>Brócolis AF na manteiga<br>Salada de cenoura orgânica AF ralada | Arroz e feijão carioca<br>Strogonoff de iscas de carne<br>Batata AF gratinada<br>Salada de espinafre com beterraba AF | Arroz e feijão preto<br>Isclas de coxa e sobrecoxa assadas<br>Quirera<br>Salada de brócolis AF com couve flor AF                                                                      |
| Lanche                                                                                                                             | Mamão                                                                                                                                                                            | Manga com melancia                                                                                                                         | Banana AF                                                                                                              | Maçã AF                                                                                                               | Creme de frutas (banana AF, manga e maçã)                                                                                                                                             |
| Jantar                                                                                                                             | Sopa de carne com legumes (batata salsa, cenoura e brócolis)                                                                                                                     | Sopa de frango, arroz, couve flor, cenoura orgânica AF e couve                                                                             | Polenta cremosa com almondegas<br>Salada de alface AF com lentilha                                                     | Sopa caldo verde (macarrão, frango, couve, batata AF e cenoura orgânica AF) + torradas caseiras                       | Macarrão gravatinha ao molho bolonhesa com espinafre e milho<br>Salada de acelga com beterraba AF                                                                                     |
|                                                                                                                                    | 29/set                                                                                                                                                                           | 30/set                                                                                                                                     |                                                                                                                        |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                       |
| Desjejum                                                                                                                           | Chá de erva doce<br>Pão de aveia com creme de ricota<br>Melancia                                                                                                                 | Leite<br>Flocos de milho sem açúcar<br>Banana                                                                                              |                                                                                                                        |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                       |
| Almoço                                                                                                                             | Arroz e feijão carioca<br>Carne desfiada ao molho<br>Farofa de cenoura e ovos<br>Salada de alface e abobrinha                                                                    | Arroz e feijão preto<br>Frango ao molho com cenoura e abobrinha<br>Batata doce na manteiga com manjerição<br>Salada de escarola com tomate |                                                                                                                        |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                       |
| Lanche                                                                                                                             | Laranja                                                                                                                                                                          | Maçã AF                                                                                                                                    |                                                                                                                        |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                       |
| Jantar                                                                                                                             | Sopa de frango com macarrão, batata doce, chuchu, couve flor e espinafre                                                                                                         | Quirera com carne moída<br>Salada de repolho orgânico AF                                                                                   |                                                                                                                        |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                       |
| Jacqueline M Camargo - Nutricionista CRN 8-16861                                                                                   |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                            |                                                                                                                        |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                       |
| OFERTAR LEITE NO DESJEJUM DIARIAMENTE PARA AS CRIANÇAS DO INFANTIL QUE APRESENTAREM 1 ANO OU MAIS.                                 |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                            |                                                                                                                        |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                       |
| SEMANA 4                                                                                                                           | Energia (Kcal): 944 / Carboidrato (g): 144 / Lídiptos (g): 26 / Proteínas (g): 40 / Cálcio (mg): 332,64 / Ferro (mg): 5,60 / Vitamina A (mcg): 595,39 / Vitamina C (mcg): 133,41 |                                                                                                                                            |                                                                                                                        |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                       |
| SEMANA 5                                                                                                                           | Energia (Kcal): 986 / Carboidrato (g): 165 / Lídiptos (g): 26 / Proteínas (g): 40 / Cálcio (mg): 332,64 / Ferro (mg): 5,60 / Vitamina A (mcg): 595,39 / Vitamina C (mcg): 133,42 |                                                                                                                                            |                                                                                                                        |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                       |
|                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                            |                                                                                                                        |                                                                                                                       | <div><div>Amanda Augustinho<br/>CRN 8 15489<br/>Nutricionista Controller Operacional</div></div> |
|                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                            |                                                                                                                        |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                       |
|                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                            |                                                                                                                        |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                       |