

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE FAZENDA RIO GRANDE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE							
	SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE FAZENDA RIO GRANDE MESES A 2 ANOS NORMAL		CARDÁPIO CMEI LACTÁRIO – INFANTIL 2023		CONSISTÊNCIA JULHO 2023		
	SEGUNDA 03/07	TERÇA 04/07	QUARTA 05/07	QUINTA 06/07	SEXTA 07/07	Informação Nutricional	
Desjejum	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	Energia (Kcal): 826 Cálcio (mg): 319	
	Pão de milho com queijo	Pão de cenoura com manteiga	Pão de aveia com queijo	Pão de forma com manteiga	Pão de leite com manteiga	Carboidrato (g): 127 Ferro (mg): 4,8	
Almoço	Mamão	Manga	Ponkan	Maçã	Banana	Lidípios (g): 20 Vit. A (mcg): 386	
	Arroz e Feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e Feijão carioca	Arroz e feijão preto	Proteínas (g): 38 Vit. C (mcg): 98	
	Ovo cozido	Frango ensopado	Carne tiras ensopada	Stroganoff de frango	Quibe de forno		
	Abobrinha com cenoura refogada	Quirera	Macarrão parafuso ao sugo	Batata palito cozida e assada	Repolho refogado		
	Salada de repolho	Salada de beterraba	Salada de tomate e couve flor	Salada de alface	Salada de acelga com cenoura ralada		
Lanche	Ponkan	Maçã	Banana	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e laranja)	Laranja		
Jantar	Sopa de frango, macarrão, chuchu, abóbora, cenoura e repolho	Sopa de feijão com macarrão, carne, batata e couve	Risoto de frango com cenoura Salada de brócolis	Quirera com molho de frango e legumes (vagem e abobrinha)	Sopa de carne com macarrão, abóbora, batata salsa e couve flor		
SEGUNDA 10/07	TERÇA 11/07	QUARTA 12/07	QUINTA 13/07	SEXTA 14/07	Informação Nutricional	FÉRIAS	
SEGUNDA 17/07	TERÇA 18/07	QUARTA 19/07	QUINTA 20/07	SEXTA 21/07	Informação Nutricional	FÉRIAS	
SEGUNDA 24/07	TERÇA 25/07	TERÇA 26/07	QUINTA 27/07	SEXTA 28/07	Informação Nutricional		
Desjejum	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	Energia (Kcal): 781 Cálcio (mg): 359	
	Pão de milho com queijo	Pão de cenoura com manteiga	Pão de aveia com queijo	Pão de forma (AF) com manteiga	Pão de leite com manteiga	Carboidrato (g): 117 Ferro (mg): 4,62	
Almoço	Maçã	Pokan	Banana	Laranja	Frutas amarelas (melão e manga picadinha)	Lidípios (g): 20 Vit. A (mcg): 572	
	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e Feijão carioca	Arroz e feijão preto	Proteínas (g): 37 Vit. C (mcg): 88,8	
	Iscas de carne ao molho madeira	Cubinhos de frango ao molho	Peixe assado empanado no tubá	Frango desfiado com cenoura e espinafre ao molho	Almondegas caseiras ao molho		
	Polenta cremosa	Aipim sauté	Legumes refogados (cenoura, chuchu e abobrinha)	Nhoque ao sugo	Purê de batata		
Lanche	Mamão	Maçã	Pokan	Banana	Creme de frutas (maçã, mamão e banana com leite em pó)		
Jantar	Sopa de frango, macarrão, batata doce, chuchu, couve flor e espinafre	Macarrão colorido com molho de carne moída, milho e ervilha Salada de repolho	Sopa de carne com arroz, aipim, abobrinha e abóbora	Polenta com molho de frango e cenoura ralada e espinafre Salada de alface	Sopa canja (arroz, batata, cenoura e abobrinha)		
SEGUNDA 31/07	TERÇA 01/08	QUARTA 02/08	QUINTA 03/08	SEXTA 04/08	Informação Nutricional		
Desjejum	Leite					Energia (Kcal): 760 Cálcio (mg): 478	
	Pão de milho com queijo					Carboidrato (g): 135 Ferro (mg): 5,7	
Almoço	Mamão					Lidípios (g): 21 Vit. A (mcg): 544	
	Arroz e feijão preto					Proteínas (g): 37 Vit. C (mcg): 194	
	Frango ao molho com cenoura e abobrinha						
	Purê de batata						
Lanche	Laranja						
Jantar	Sopa de carne com macarrão, abóbora, batata salsa e couve flor						

Cardápio sujeito à alteração / AF - agricultura familiar.

Thais Felix
THAIS FELIX
CRN 10439
Nutricionista SuperVia
GRUPO RISOTOLÂNDIA



Documento assinado digitalmente
DEYSI CRISTINA WIELEWSKI
Data: 27/06/2023 14:19:57-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>