



SECRETARIA  
MUNICIPAL DE  
EDUCAÇÃO

PREFEITURA MUNICIPAL DE FAZENDA RIO GRANDE  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE  
CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL / LANCHE PERÍODO INTEGRAL / DEZEMBRO 2025



PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA 01/12/25	TERÇA-FEIRA 02/12/25	QUARTA-FEIRA 03/12/25	QUINTA-FEIRA 04/12/25
DESJEJUM	Pão de leite com queijo Chá mate Mamão Picado	Pão de leite com manteiga Leite com cacau Maçã	Bolo de mármore Chá mate Banana	Pão de leite com doce Chá Mate Laranja
ALMOÇO	Arroz parbolizado Feijão Preto Fricassê de frango Batata Palha Salada de Pepino	Arroz parbolizado Feijão Carioca Carne Moída com cenoura e milho Purê de batata misto (cenoura e batata)	Arroz parbolizado Feijão Preto Frango refogado com abobrinha Nhoque ao Sugo Salada de Beterraba Cozida	Arroz parbolizado Feijão Carioca Isclas de Carne ao Molho Yakissoba Salada de Alface
LANCHE	Risoto (coxa dessossada) de frango com legumes (Abóbora, abobrinha e cenoura) Laranja	Macarrão parafuso colorido Molho de carne moída com abobrinha e cenoura	Quirera e Molho de carne moída e couve Banana	Sanduíche Natural (Pão fatiado com patê de frango com cenoura, alface e milho) Suco de Uva
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA 08/12/25	TERÇA-FEIRA 09/12/25	QUARTA-FEIRA 10/12/25	QUINTA-FEIRA 11/12/25
DESJEJUM	Pão com queijo Leite com cacau Laranja	Pão de leite com manteiga Chá mate Maçã	Bolo de fubá Chá mate Mamão Picado	Pão de leite com doce Chá mate Banana
ALMOÇO	Arroz parbolizado Feijão Preto Carne moída ao molho com cenoura Quibebe	Arroz parbolizado Feijão Carioca Carne moída refogada com abobrinha Salada de repolho com tomate	Arroz parbolizado Feijão Preto Ovos mexidos com cenoura ralada e queijo Macarrão alho e óleo Salada de Pepino	Arroz parbolizado Feijão Carioca Frango ensopado (iscas c/sb) Seleta de Legumes (abobrinha, cenoura e batata) Salada de Agrião
LANCHE	Torta de legumes (cenoura, batata e brócolis) com moída Melancia picada	Macarrão Espaghetti Molho de frango com milho e tomate	Pão com carne moída ao molho Chá mate	Polenta com molho de carne moída, cenoura e abobrinha Pêssego
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA 15/12/25	TERÇA-FEIRA 16/12/25	QUARTA-FEIRA 17/12/25	QUINTA-FEIRA 18/12/25
DESJEJUM	Pão Leite com manteiga Chá mate Melão Picado	Cereal de milho Leite Mamão Picado	Pão Leite com manteiga Chá mate Banana	Pão de leite com doce Chá Mate Maçã
ALMOÇO	Arroz parbolizado Virado Feijão Preto Isclas de frango com tomate Seleta de legumes (batata, cenoura e chuchu)	Arroz parbolizado Feijão Carioca Peixe ensopado com cenoura Batata Saute com orégano Salada Repolho	Arroz parbolizado Feijão Carioca Quibe de formo Beterraba cozida	Arroz parbolizado Feijão Carioca Frango ao sugo com milho Farofa de Couve Salada de alface roxa
LANCHE	Quirera com molho de frango desfiado com milho e ervilha Salada de beterraba cozida	Risoto de frango com legumes (abóbora , abobrinha e cenoura)	Canjica com coco Pêssego	Macarrão parafuso com molho de carne moída e cenoura e abobrinha Banana

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO

Informação Nutricional

SEMANA 1	Energia (Kcal): 1193 / Carboidrato (g): 198 / Lipídeos (g): 24 / Proteínas (g): 47
SEMANA 2	Energia (Kcal): 1057 / Carboidrato (g): 174 / Lipídeos (g): 21 / Proteínas (g): 43
SEMANA 2	Energia (Kcal): 1080 / Carboidrato (g): 180 / Lipídeos (g): 21 / Proteínas (g): 42