



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

PREFEITURA MUNICIPAL DE FAZENDA RIO GRANDE
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL - EJA / LANCHE PERÍODO PARCIAL / MARÇO 2026



PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA 02/03/26	TERÇA-FEIRA 03/03/26	QUARTA-FEIRA 04/03/26	QUINTA-FEIRA 05/03/26	SEXTA-FEIRA 06/03/26
MANHÃ E TARDE	Polenta cremosa Molho de frango com legumes (cenoura, abobrinha e tomate) Mamão picado	Arroz Parboilizado Feijão preto Isclas bovina com cenoura e abobrinha Creme de milho	Arroz Parboilizado / Feijão preto Farofa de ovos Salada de frutas (mamão, banana, maçã, laranja) com suco de laranja Suco de uva	Arroz Parboilizado Feijão carioca Carne moída com legumes (batata e cenoura) Salada de repolho bicolor	Arroz Parboilizado Feijão preto Strogonoff de frango Batata palha Banana
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA 09/03/26	TERÇA-FEIRA 10/03/26	QUARTA-FEIRA 11/03/26	QUINTA-FEIRA 12/03/26	SEXTA-FEIRA 13/03/26
MANHÃ E TARDE	Macarrão alho e óleo Frango com molho e abobrinha e milho Melão picado	Arroz Parboilizado Feijão preto Carne moída com abobrinha Creme de milho Salada de tomate	Sopa de legumes e carne isclas Torradas Pêra	Arroz Parboilizado Feijão preto Carne de panela (iscas) com aipim e cenoura Farofa de couve com tomate	Arroz Parboilizado Feijão carioca Frango ao molho com aipim e milho Salada de repolho roxo e cenoura ralada Banana
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA 16/03/26	TERÇA-FEIRA 17/03/26	QUARTA-FEIRA 18/03/26	QUINTA-FEIRA 19/03/26	SEXTA-FEIRA 20/03/26
MANHÃ E TARDE	Risoto de frango com abobrinha Laranja	Arroz Parboilizado Feijão preto Carne moída com tomate e cheiro verde Salada de beterraba cozida	Arroz Parboilizado Feijão carioca Frango com aipim e cenoura Salada de alface Banana	Arroz Parboilizado Feijão preto Mexido de ovos com tomate e cenoura raladinha Salada de brócolis e couve-flor Maçã	Arroz Parboilizado Lasanha de carne moída e queijo Salada de alface
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA 23/03/26	TERÇA-FEIRA 24/03/26	QUARTA-FEIRA 25/03/26	QUINTA-FEIRA 26/03/26	SEXTA-FEIRA 27/03/26
MANHÃ E TARDE	Sopa de feijão com carne moída, macarrão e cenoura Torradas Mamão picado	Arroz Parboilizado Feijão preto Carne moída ao molho com cenoura Purê de batatas Maçã	Macarronada (carne moída) Salada de beterraba Pêra	Arroz Parboilizado Feijão carioca Isclas de frango ao molho com cenoura Salada de brócolis e couve-flor cozida	Arroz Parboilizado Feijão preto Mexido de ovos com tomate e cenoura raladinha Salada de tomate
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA 30/03/26	TERÇA-FEIRA 31/03/26	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
MANHÃ E TARDE	Sopa canja com cenoura e batatas Torradas Melão picado	Arroz Parboilizado Feijão preto Vaca atolada (com aipim) Farofa de couve			

Cardápio sujeito a alterações

Valdirene Hitner Padilha - Nutricionista CRN 8 - 1652

Informação Nutricional

SEMANA 1	Energia (Kcal): 565 / Carboidrato (g): 78 / Lipídeos (g): 13 / Proteínas (g): 31
SEMANA 2	Energia (Kcal): 520 / Carboidrato (g): 78 / Lipídeos (g): 9 / Proteínas (g): 30
SEMANA 3	Energia (Kcal): 463 / Carboidrato (g): 67 / Lipídeos (g): 9 / Proteínas (g): 27
SEMANA 4	Energia (Kcal): 463 / Carboidrato (g): 64 / Lipídeos (g): 10 / Proteínas (g): 26
SEMANA 5	Energia (Kcal): 555 / Carboidrato (g): 85 / Lipídeos (g): 8 / Proteínas (g): 31

Eduarda K. Bordinhão Barbosa
 Nutricionista Controlador Operacional
 CRN 8 16305