



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 /OUTUBRO 2025

**AF- AGRICULTURA FAMILIAR**

PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
			01/10/2025	02/10/2025	03/10/2025
MANHÃ E TARDE			Polenta com frango desfiado com legumes (cenoura e abobrinha) Mamão picado	Arroz parbolizado Feijão preto Frango ensopado com cenoura AF, batata AF e milho Salada de Alface	Arroz parbolizado Feijão carioca Carne moída com cenoura e tomate Seleta de legumes (cenoura AF, batata AF, chuchu) Laranja
	06/10/2025	07/10/2025	08/10/2025	09/10/2025	10/10/2025
MANHÃ E TARDE	Risoto de frango com abobrinha Salada de cenoura Maça	Arroz parbolizado Feijão carioca Isclas de (sobrecoxa dessossada) frango com batata ao molho sugo Creme de milho	Arroz parbolizado Feijão preto Frango desfiado com molho tomate, milho ervilha Salada de ALFACE AF Banana AF	Arroz parbolizado Feijão carioca Isclas molho Rotty Batata saute AF	Arroz Feijão preto Madalena de carne moída Salada mista verde Melão
	13/10/2025	14/10/2025	15/10/2025	16/10/2025	17/10/2025
MANHÃ E TARDE	FERIADO	Arroz parbolizado Feijão carioca Fricasse de frango com batata palha Salada de beterraba cozida	Macarronada com carne moída (macarrão espaguete) Salada de ALFACE AF	Arroz parbolizado Feijão carioca Picadinho de carne (iscas) com batata AF e cenoura Salada de brócolis AF Melancia picada	Arroz parbolizado Feijão preto Carne moída com pimentão verde Batata com cenoura saute
	20/10/2025	21/10/2025	22/10/2025	23/10/2025	24/10/2025
MANHÃ E TARDE	Quirera com molho de frango desfiado com tomate e milho laranja	Arroz parbolizado Feijão preto Strogonoff de carne (iscas) Batata palha Salada de tomate com pepino Mamão picado	Arroz parbolizado Feijão carioca Carne moída refogada com tomate Couve flor molho branco	Arroz parbolizado Virado de feijão preto Ovos mexidos com queijo Salada de cenoura AF ralada Banana AF	Sopa canja com torradas Banana
	27/10/2025	28/10/2025	29/10/2025	30/10/2025	31/10/2025
	Macarrão espaguete com molho de frango desfiado com milho e ervilha Salada de beterraba Melão picado	Arroz parbolizado Feijão carioca Frango xadrez Pure misto (batata e cenoura) Laranja	Arroz parbolizado Feijão preto Peixe ensopado com cenoura Brocolis AF alho e oleo	Arroz parbolizado Feijão Preto Strogonoff de frango Salada de brócolis e tomate Mamão picado	Arroz parbolizado Lasanha de frango Salada de beterraba cozida

Cardápio sujeito à alteração / Agricultura Familiar - AF

SEMANA 1	Energia (Kcal): 411 / Carboidrato (g): 63 / Lipídeos(g): 6 / Proteína (g): 24
SEMANA 2	Energia (Kcal): 436 / Carboidrato (g): 70 / Lipídeos(g): 8 / Proteína (g): 20
SEMANA 3	Energia (Kcal): 389 / Carboidrato (g): 61 / Lipídeos(g): 5 / Proteína (g): 22
SEMANA 4	Energia (Kcal): 425 / Carboidrato (g): 65 / Lipídeos(g): 9 / Proteína (g): 20
SEMANA 5	Energia (Kcal): 426 / Carboidrato (g): 59 / Lipídeos(g): 9 / Proteína (g): 25

Eduarda K. Bordinhão Barbosa
 Nutricionista Controler Operacional
 CRN 8 16305