

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE FAZENDA RIO GRANDE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

SECRETARIA
MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO
CARDÁPIO CMEI (Infantil I, II e III)
13 MESES A 4 ANOS - INTEGRAL
ABRIL / 2024
CONSISTÊNCIA NORMAL – COZINHA GERAL


	SEGUNDA 22/04	TERÇA 23/04	QUARTA 24/04	QUINTA 25/04	SEXTA 26/04
Desjejum	Leite com cacau	Chá camomila	Leite com maçã	Chá de cidreira	Leite
	Pão nutritivo com queijo	Pão de milho com manteiga	Pão de aveia com creme de ricota	Pão de leite com manteiga	Pão de forma (AF) com manteiga
	Laranja	Maçã (AF)	Mamão	Morango (AF)	Banana (AF)
Almoço	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto
	Carne moída com ovos picados e salsinha	Frango desfiado refogado com vagem	Cubinhos de carne ao molho com ervas (manjeriço e alecrim)	Frango desfiado ao molho	Almondegas caseiras ao molho
	Repolho refogado	Batata sauté (AF)	Purê de aipim (AF)	Quirera	Macarrão espaguete
	Salada de pepino e tomate	Salada de acelga (AF)	Salada de brócolis (AF) e couve flor (AF)	Salada de alface (AF) e cenoura (AF) ralada	Salada de beterraba (AF) cozida
Lanche	Pêra (AF)	Mamão	Caqui (AF)	Banana (AF)	Mamão
Jantar	Polenta com molho de frango, espinafre Salada de cenoura	Arroz nutritivo cremoso (molho bolonhesa, cenoura ralada (AF), ovos, espinafre)	Sopa de frango, macarrão, batata doce (AF), chuchu, couve flor (AF) e espinafre	Pão com carne moída, cenoura e cheiro verde Suco de uva	Sopa de frango, batata salsa, cenoura (AF), vagem e macarrão
	SEGUNDA 29/04	TERÇA 30/04	QUARTA 01/05	QUINTA 02/05	SEXTA 03/05
Desjejum	Leite com cacau	Chá camomila		Vitamina de banana (AF)	Leite
	Pão nutritivo com queijo	Pão de milho com manteiga		Pão de forma (AF) com manteiga	Pão de forma (AF) com manteiga
	Melão	Mamão		Maçã (AF)	Banana (AF)
Almoço	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca		Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto
	Omelete de forno	Frango ensopado com batatas	FERIADO	Frango grelhado na manteiga com açafrão	Carne ao molho com ervilhas
	Batata gratinada (com molho branco e queijo)	Cenoura (AF) e abobrinha refogada		Purê de batata	Farofa de espinafre (AF) e cenoura (AF)
	Salada de pepino e tomate	Salada de acelga (AF)		Salada de alface (AF) e tomate	Salada de repolho (AF) e cenoura ralada (AF)
Lanche	Manga	Maçã (AF)		Mamão	Laranja
Jantar	Quirera com molho de frango, couve manteiga (AF) e abobrinha Salada de acelga (AF)	Sopa de carne com macarrão, batata, brócolis e abobrinha		Sopa de feijão, carne, macarrão, cenoura, chuchu e batata	Macarrão com almondegas caseiras ao sugo e abobrinha
Informação Nutricional					
SEMANA 1	Energia (Kcal): 1074/ Carboidrato (g): 171 / Lípidios (g): 28 / Proteínas (g): 43 / Cálcio (mg): 334 / Ferro (mg):7 / Vitamina A (mcg): 479 / Vitamina C (mcg): 145				
SEMANA 2	Energia (Kcal): 938/ Carboidrato (g): 143 / Lípidios (g): 24 / Proteínas (g): 42 / Cálcio (mg): 316/ Ferro (mg): 6/ Vitamina A (mcg): 696/ Vitamina C (mcg): 97				
SEMANA 3	Energia (Kcal): 977/ Carboidrato (g): 156 / Lípidios (g): 22 / Proteínas (g): 42 / Cálcio (mg): 289 / Ferro (mg):5,8/ Vitamina A (mcg): 939 / Vitamina C (mcg): 118				
SEMANA 4	Energia (Kcal): 1008/ Carboidrato (g): 168 / Lípidios (g): 22 / Proteínas (g): 41 / Cálcio (mg): 286/ Ferro (mg):6/ Vitamina A (mcg): 925/ Vitamina C (mcg): 140				
SEMANA 5	Energia (Kcal): 999/ Carboidrato (g): 152 / Lípidios (g): 27 / Proteínas (g): 41 / Cálcio (mg): 338 / Ferro (mg):7 / Vitamina A (mcg): 582 / Vitamina C (mcg): 128				
 BRUNA KOSCIURESKI Nutricionista Controller CRN8 15180P					
Deysi C. Wielewski- nutricionista CRN8 5285 OFERTAR LEITE NO DESJEJUM DIARIAMENTE PARA AS CRIANÇAS DO INFANTIL QUE APRESENTAREM 1 ANO OU MAIS.					
Cardápio sujeito á alteração / AF - agricultura familiar.					