

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

		SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CARDÁPIO CMEI LACTÁRIO – INFANTIL 2023 12 MESES A 2 ANOS CONSISTÊNCIA NORMAL OUTUBRO 2023				
	SEGUNDA 23/10	TERÇA 24/10	TERÇA 25/10	QUINTA 26/10	SEXTA 27/10	
Desjejum	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	
	Pão de milho com queijo	Pão de cenoura com manteiga	Pão de aveia com queijo	Pão de forma (AF) com manteiga	Pão de forma (AF) com manteiga	
	Maçã	Manga	Banana (AF)	Laranja	Mamão	
Almoço	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	
	Carne de panela com batata (AF)	Cubos de frango com abobrinha AF e chuchu (AF) ao molho	Moida com ovos	Frango desfiado com açafrão e cheiro verde (AF)	Rocambole de carne moída	
	Farofa de repolho (AF)	Aipim sauté (AF)	Jardineira de legumes (cenoura AF, abobrinha AF e batata AF)	Macarrão ao sugo	Abobrinha refogada	
	Salada de pepino (AF)	Salada de cenoura (AF)	Salada de brócolis (AF)	Salada de alface (AF)	Salada de tomate	
Lanche	Mamão	Maçã	Salada de frutas (Maçã, Banana AF, mamão e laranja)	Sorbet de Morango (AF) com banana (AF)	Banana (AF)	
Jantar	Sopa de frango, macarrão, batata doce AF, chuchu, couve flor AF e espinafre AF	Sopa de carne com macarrão, abóbora, batata salsa e couve flor (AF)	Quirera com molho de frango e espinafre (AF) Salada de repolho AF	Panqueca de carne moída com cenoura(AF) Salada de couve flor (AF)	Sopa canja (arroz, batata (AF), cenoura (AF) e abobrinha (AF))	
	SEGUNDA 30/10	TERÇA 31/10	QUARTA 01/11	QUINTA 02/11	SEXTA 03/11	
Desjejum	Leite	Leite				
	Pão de milho com queijo	Pão de cenoura com manteiga				
	Maçã	Laranja				
Almoço	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca				
	Ovo mexido colorido com cenoura e tomate	Frango desfiado com molho branco				
	Quibebe	Brócolis AF e couve flor AF refogado				
	Salada de repolho	Salada de beterraba cozida (AF)				
Lanche	Mamão	Manga				
Jantar	Polenta com molho de frango, cenoura AF ralada e abobrinha AF	Sopa de carne com macarrão, brócolis AF, abobrinha AF e batata salsa				
Informação Nutricional						
SEMANA 1	Energia (Kcal): 857 / Carboidrato (g): 117 / Lípidios (g): 28 / Proteínas (g): 38 / Cálcio (mg): 287, 41/ Ferro (mg): 5,4 / Vitamina A (mcg): 499 / Vitamina C (mcg): 104					
SEMANA 2	Energia (Kcal): 722/ Carboidrato (g): 135/ Lípidios (g): 20 / Proteínas (g): 40 / Cálcio (mg): 352 / Ferro (mg): 5,8 / Vitamina A (mcg): 448 / Vitamina C (mcg): 127					
SEMANA 3	Energia (Kcal): 815 / Carboidrato (g): 122 / Lípidios (g): 23 / Proteínas (g): 38 /Cálcio (mg): 338 / Ferro (mg): 5 / Vitamina A (mcg): 403 / Vitamina C (mcg): 107					
SEMANA 4	Energia (Kcal): 727 / Carboidrato (g): 134 / Lípidios (g): 18 / Proteínas (g): 33 / Cálcio (mg): 304 / Ferro (mg): 5,2 / Vitamina A (mcg): 466 / Vitamina C (mcg): 103					
SEMANA 5	Energia (Kcal): 719 / Carboidrato (g): 112 / Lípidios (g): 20 / Proteínas (g): 33 / Cálcio (mg): 302 / Ferro (mg): 5 / Vitamina A (mcg): 56 / Vitamina C (mcg): 115					
Cardápio sujeito à alteração						
Cardápio sujeito à alteração / AF - agricultura familiar.						
 DINAIS FÉLIX CRP: 13439 Nutricionista Supervisora GRUPO RISOTOLÂNDIA						