

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRÊS CORAÇÕES – MG / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO

Etapa de Ensino Ed. Infantil e Fundamental / Faixa de Idade 4 a 14 anos / Zona Rural / Período Integral

Necessidades Especiais:

MARÇO 2024

Tipo de Refeição Horário	2ª Feira 04/03	3ª Feira 05/03	4ª Feira 06/03	5ª Feira 07/03	6ª Feira 08/03			
Café da Manhã	CAFÉ COM LEITE BISCOITO MAISENA	LEITE COM CACAU BISCOITO CREAM CRACKER	CAFÉ COM LEITE PÃO	CAFÉ COM LEITE BISCOITO MAISENA	LEITE COM CACAU BISCOITO CREAM CRACKER			
Almoço	FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL (Farinha de milho)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM VAGEM BANANA	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATA DOCE PERNIL COM SOJA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIOCA			
Lanche da Tarde	CAFÉ COM LEITE BISCOITO MAISENA	LEITE COM CACAU BISCOITO CREAM CRACKER	CAFÉ COM LEITE PÃO	MILHO VERDE	SALADA DE FRUTA (Banana/Melancia/Maçã)			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO(g) 55% a 65 VET	PTN(g) 10% a 15% VET	LPD(g) 15% a 30% VET	Vit.A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	896	134,46 g 60%	29,9g 13%	27,17g 27%	182	17	364	4

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRÊS CORAÇÕES – MG / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO

Etapa de Ensino Ed. Infantil e Fundamental / Faixa de Idade 4 a 14 anos / Zona Rural / Período Integral

Necessidades Especiais:

MARÇO 2024

Tipo de Refeição Horário	2ª Feira 11/03	3ª Feira 12/03	4ª Feira 13/03	5ª Feira 14/03	6ª Feira 15/03			
Café da Manhã	CAFÉ COM LEITE BISCOITO MAISENA	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	CAFÉ COM LEITE BISCOITO CREAM CRACKER	LEITE COM CACAU BISCOITO CREAM CRACKER			
Almoço	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA MELANCIA	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM CARNE MOIDA SALADA DE PEPINO MANGA	ARROZ FEIJÃO FAROFÁ DE PERNIL COM COUVE (Farinha de mandioca)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM TOMATE E SOJA			
Lanche da Tarde	VITAMINA DE BANANA MAÇÃ IN NATURA	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	PIPOCA	SALADA DE FRUTAS (Manga/Banana/Laranj a)			
5 Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO(g) 55% a 65 VET	PTN(g) 10% a 15% VET	LPD(g) 15% a 30% VET	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	859	133,67g 62%	26,49g 12%	25,15g 26%	164	41	335	5

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRÊS CORAÇÕES – MG / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO

Etapa de Ensino Ed. Infantil e Fundamental / Faixa de Idade 4 a 14 anos / Zona Rural / Período Integral

Necessidades Especiais:

MARÇO 2024

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 18/03	3ª Feira 19/03	4ª Feira 20/03	5ª Feira 21/03	6ª Feira 22/03		
Café da Manhã		CAFÉ COM LEITE BISCOITO MAISENA	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	CAFÉ COM LEITE BISCOITO MAISENA	LEITE COM CACAU BISCOITO CREAM CRACKER		
Almoço		FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA LARANJA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA REPOLHO PERA	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA		
Lanche da Tarde		VITAMINA DE MARACUJÁ BANANA IN NATURA	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	TORTA DE CHICÓRIA	SALADA DE FRUTAS (Melancia/Maçã/Pêra)		
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Vit.A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65 VET	10% a 15% VET	15% a 30% VET				
	940	140,06g 60%	29,47g 12%	29,94g 28%	186	41	411	5

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRÊS CORAÇÕES – MG / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO

Etapa de Ensino Ed. Infantil e Fundamental / Faixa de Idade 4 a 14 anos / Zona Rural / Período Integral

Necessidades Especiais:

MARÇO 2024

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 25/03	3ª Feira 26/03	4ª Feira 27/03	5ª Feira 28/03	6ª Feira 29/03		
Café da Manhã		CAFÉ COM LEITE BISCOITO MAISENA	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BISCOITO CREM CRACKER				
Almoço		ARROZ FEIJÃO OMELETE COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABOBORA MADURA ANGU MELANCIA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CHUCHU	QUINTA-FEIRA SANTA	SEXTA-FEIRA DA PAIXÃO		
Lanche da Tarde		VITAMINA DE BANANA MAÇÃ IN NATURA	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO				
Composição nutricional (Média semanal)		CHO(g) 55% a 65 VET	PTN(g) 10% a 15% VET	LPD(g) 15% a 30% VET	Vit.A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	Energia (Kcal)	146,92g	31,77g	31,45g	205	12	518	5
	992	59%	13%	28%				

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista