

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

**CARDÁPIO**

Ed. Infantil e Fundamental I e II/ 4 anos a 14 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerantes à lactose usar Leite 0 lactose

**ABRIL 2024**

<b>Tipo de Refeição Horário</b>	<b>Segunda 01/04</b>	<b>Terça 02/04</b>	<b>Quarta 03/04</b>	<b>Quinta 04/04</b>	<b>Sexta 05/04</b>			
<b>Café da Manhã</b>	VITAMINA DE ABACATE BOLACHA CREAM CRACKER	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
<b>Almoço</b>	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA	ARROZ FEIJÃO TABULE DE FRANGO COM PEPINO E SOJA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL TOMATE (Farinha de milho)	FEIJÃO MACARRONADA DE FRANGO ALFACE			
<b>Lanche da Tarde</b>	VITAMINA DE ABACATE	LARANJA	BANANA	MAÇÃ	SALADA DE FRUTAS (Banana, Maçã, Melancia)			
<b>Jantar</b>	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA	ARROZ FEIJÃO TABULE DE FRANGO COM PEPINO E SOJA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL TOMATE (Farinha de milho)	FEIJÃO MACARRONADA DE FRANGO ALFACE			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO(g) 55% a 65 VET</b>	<b>PTN(g) 10% a 15% VET</b>	<b>LPD(g) 15% a 30% VET</b>	<b>Vit.A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	1168	41,22g 63%	41,22G 14%	29,86G 23%	<b>113</b>	<b>70</b>	<b>336</b>	<b>7</b>

**Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista**

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

**CARDÁPIO**

Ed. Infantil e Fundamental I e II/ 4 anos a 14 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerantes à lactose usar Leite 0 lactose

**ABRIL 2024**

<b>Tipo de Refeição Horário</b>	<b>Segunda 08/04</b>	<b>Terça 09/04</b>	<b>Quarta 10/04</b>	<b>Quinta 11/04</b>	<b>Sexta 12/04</b>			
<b>Café da Manhã</b>	VITAMINA DE BANANA BOLACHA CREAM CRACKER	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
<b>Almoço</b>	ARROZ FEIJÃO SALADA DE OVOS COM BATATA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA ABÓBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA	FEIJÃO ARROZ FRANGO COM BATATA SALSA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA REPOLHO REFOGADO ANGU			
<b>Lanche da Tarde</b>	VITAMINA DE BANANA	MELANCIA	MANGA	BANANA	SALADA DE FRUTAS (Manga,Banana,Laranja)			
<b>Jantar</b>	ARROZ FEIJÃO SALADA DE OVOS COM BATATA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA ABÓBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA	FEIJÃO ARROZ FRANGO COM BATATA SALSA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA REPOLHO REFOGADO ANGU			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO(g) 55% a 65 VET</b>	<b>PTN(g) 10% a 15% VET</b>	<b>LPD(g) 15% a 30% VET</b>	<b>Vit.A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	1158	39,93g 65%	39,93g 14%	28,32g 21%	<b>129</b>	<b>52</b>	<b>336</b>	<b>7</b>

**Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista**

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

**CARDÁPIO**

Ed. Infantil e Fundamental I e II/ 4 anos a 14 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerantes à lactose usar Leite 0 lactose

**ABRIL 2024**

<b>Tipo de Refeição Horário</b>	<b>Segunda 15/04</b>	<b>Terça 16/04</b>	<b>Quarta 17/04</b>	<b>Quinta 18/04</b>	<b>Sexta 19/04</b>			
<b>Café da Manhã</b>	VITAMINA DE MARACUJÁ BOLACHA CREAM CRACKER	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
<b>Almoço</b>	FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA	FEIJÃO ARROZ PURÊ DE INHAME PERNIL COM SOJA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BRÓCOLIS	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM PERNIL DESFIADO TOMATE	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE			
<b>Lanche da Tarde</b>	VITAMINA DE MARACUJÁ	LARANJA	MAMÃO	MAÇÃ	SALADA DE FRUTAS (Mamão, Maçã, Melancia)			
<b>Jantar</b>	FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA	FEIJÃO ARROZ PURÊ DE INHAME PERNIL COM SOJA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BRÓCOLIS	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM PERNIL DESFIADO TOMATE	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO(g) 55% a 65 VET</b>	<b>PTN(g) 10% a 15% VET</b>	<b>LPD(g) 15% a 30% VET</b>	<b>Vit.A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	1154	178,21G 62%	42G 13%	30,97g 25%	<b>145</b>	<b>66</b>	<b>401</b>	<b>7</b>

**Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista**

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

**CARDÁPIO**

Ed. Infantil e Fundamental I e II/ 4 anos a 14 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerantes à lactose usar Leite 0 lactose

**ABRIL 2024**

<b>Tipo de Refeição Horário</b>	<b>Segunda 22/04</b>	<b>Terça 23/04</b>	<b>Quarta 24/04</b>	<b>Quinta 25/04</b>	<b>Sexta 26/04</b>			
<b>Café da Manhã</b>	VITAMINA DE BANANA BOLACHA CREAM CRACKER	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
<b>Almoço</b>	ARROZ FEIJÃO OVOS COM VAGEM	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CHUCHU	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha mandioca)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E CENOURA			
<b>Lanche da Tarde</b>	VITAMINA DE BANANA	MELANCIA	GOIABA	BANANA	SALADA DE FRUTAS (Goiaba,Banana,Laranja)			
<b>Jantar</b>	ARROZ FEIJÃO OVOS COM VAGEM	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CHUCHU	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha mandioca)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E CENOURA			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO(g) 55% a 65 VET</b>	<b>PTN(g) 10% a 15% VET</b>	<b>LPD(g) 15% a 30% VET</b>	<b>Vit.A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	1147	182,29G 63%	40,12g 14%	29,11g 23%	<b>129</b>	<b>71</b>	<b>349</b>	<b>7</b>

**Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista**

