

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

MAIO 2024

Tipo de Refeição Horário	Segunda 29/04	Terça 30/04	Quarta 01/05	Quinta 02/05	Sexta 03/05			
Café da Manhã	VITAMINA DE ABACATE BOLACHA CREAM CRACKER	MINGAU COM CACAU		CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	LEITE COM CACAU BOLO			
Almoço	TUTU DE FEIJÃO MACARRONADA DE CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA (Farinha de Milho)	FEIJÃO ARROZ FRANGO COM ABOBRINHA ANGU	FERIADO DIA DO TRABALHO	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CHUCHU			
Lanche da Tarde	VITAMINA DE ABACATE	LARANJA		MAÇÃ	SALADA DE FRUTAS (Maçã, Melancia)			
Jantar	TUTU DE FEIJÃO MACARRONADA DE CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA (Farinha de Milho)	FEIJÃO ARROZ FRANGO COM ABOBRINHA ANGU	FERIADO DIA DO TRABALHO	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CHUCHU			
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)
	1126	174,39G 62%	41,19g 15%	29,33G 25%	119	38	374	7

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

MAIO 2024

Tipo de Refeição Horário	Segunda 06/05	Terça 07/05	Quarta 08/05	Quinta 09/05	Sexta 10/05			
Café da Manhã	VITAMINA DE BANANA BOLACHA CREAM CRACKER	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
Almoço	ARROZ FEIJÃO SALADA DE OVOS COM BATATA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM SOJA E BATATA SALSA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL COM SOJA E COUVE (Farinha mandioca)	ARROZ FEIJÃO POLENTA DE FRANGO SALADA DE TOMATE			
Lanche da Tarde	VITAMINA DE BANANA	MELANCIA	MANGA	BANANA	SALADA DE FRUTAS (Manga,Banana,Laranja)			
Jantar	ARROZ FEIJÃO SALADA DE OVOS COM BATATA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM SOJA E BATATA SALSA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL COM SOJA E COUVE (Farinha mandioca)	ARROZ FEIJÃO POLENTA DE FRANGO SALADA DE TOMATE			
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)
	1181	190,9G 64%	40,22g 14%	29,1g 22%	129	64	351	7

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

MAIO 2024

Tipo de Refeição Horário	Segunda 13/05	Terça 14/05	Quarta 15/05	Quinta 16/05	Sexta 17/05			
Café da Manhã	VITAMINA DE ABACATE BOLACHA CREAM CRACKER	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
Almoço	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA ABÓBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA	ARROZ TEMPERADO COM FRANGO E CENOURA FEIJÃO SALADA DE ALFACE	FEIJÃO ARROZ PERNIL COM BATATA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA, TOMATE, CEBOLA			
Lanche da Tarde	VITAMINA DE ABACATE	LARANJA	ABACAXI	MAÇÃ	SALADA DE FRUTAS (Abacaxi, Maçã, Melancia)			
Jantar	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA ABÓBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA	ARROZ TEMPERADO COM FRANGO E CENOURA FEIJÃO SALADA DE ALFACE	FEIJÃO ARROZ PERNIL COM BATATA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA, TOMATE, CEBOLA			
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)
	1134	181,1g 64%	40,09g 14%	27,98g 22%	113	54	340	7

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

MAIO 2024

Tipo de Refeição Horário	Segunda 20/05	Terça 21/05	Quarta 22/05	Quinta 23/05	Sexta 24/05			
Café da Manhã	VITAMINA DE BANANA BOLACHA CREAM CRACKER	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
Almoço	ARROZ FEIJÃO OMELETE SALADA DE BETERRABA	ARROZ FEIJÃO TABULE DE FRANGO COM SOJA E PEPINO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BRÓCOLIS	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATA DOCE FRANGO COM SOJA	FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA SALADA DE REPOLHO			
Lanche da Tarde	VITAMINA DE BANANA	MELANCIA	GOIABA	BANANA	SALADA DE FRUTAS (Goiaba,Banana,Laranja)			
Jantar	ARROZ FEIJÃO OMELETE SALADA DE BETERRABA	ARROZ FEIJÃO TABULE DE FRANGO COM SOJA E PEPINO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BRÓCOLIS	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATA DOCE FRANGO COM SOJA	FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA SALADA DE REPOLHO			
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)
	1193	188,96G 63%	42,52G 14%	30,65G 23%	148	64	379	7

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

MAIO 2024

Tipo de Refeição Horário	Segunda 27/05	Terça 28/05	Quarta 29/05	Quinta 30/05	Sexta 31/05			
Café da Manhã	VITAMINA DE MARACUJÁ BOLACHA CREAM CRACKER	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE BOLO	FERIADO CORPUS CHRISTI	RECESSO			
Almoço	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA SALADA DE BETERRABA	ARROZ FEIJÃO ESCONDIDINHO DE MANDIOCA COM PERNIL	ARROZ FEIJÃO TABULE DE FRANGO, SOJA E PEPINO ALFACE	FERIADO CORPUS CHRISTI	RECESSO			
Lanche da Tarde	VITAMINA DE MARACUJÁ	LARANJA	CAFÉ COM LEITE BOLO	FERIADO CORPUS CHRISTI	RECESSO			
Jantar	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA SALADA DE BETERRABA	ARROZ FEIJÃO ESCONDIDINHO DE MANDIOCA COM PERNIL	ARROZ FEIJÃO TABULE DE FRANGO, SOJA E PEPINO ALFACE	FERIADO CORPUS CHRISTI	RECESSO			
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)
	1321	200,41G 60%	47,25G 14%	37,51G 26%	158	53	502	8

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista