

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 Parcial

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	MINGAU COM CACAU	FERIADO DIA DO TRABALHO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	LEITE COM CACAU BOLO			
Almoço	TUTU DE FEIJÃO MACARRONADA DE CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA (Farinha de Milho)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM ABOBRINHA ANGU	FERIADO DIA DO TRABALHO	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA DE REPOLHO MAÇA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CHUCHU			
Lanche da Tarde	VITAMINA DE ABACATE	MINGAU COM CACAU	FERIADO DIA DO TRABALHO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	LEITE COM CACAU BOLO			
Jantar	TUTU DE FEIJÃO MACARRONADA DE CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA (Farinha de Milho)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM ABOBRINHA ANGU	FERIADO DIA DO TRABALHO	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA DE REPOLHO MAÇA	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)
	998	160g	31,6	26,2g	172	35	390	5
		64%	12%	24%				

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 Parcial

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	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 MELANCIA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM SOJA E BATATA SALSA MANGA	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	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
Jantar	ARROZ FEIJÃO SALADA DE OVOS COM BATATA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CENOURA MELANCIA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM SOJA E BATATA SALSA MANGA	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)
	712	114,4g 64%	22,9g 12%	18,6g 24%	104	41	259	4

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 Parcial

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	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
Almoço	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA ABÓBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA LARANJA	ARROZ TEMPERADO COM FRANGO E CENOURA FEIJÃO SALADA DE ALFACE ABACAXI	FEIJÃO ARROZ PERNIL COM BATATA MAÇA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA, TOMATE, CEBOLA			
Lanche da Tarde	VITAMINA DE ABACATE	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
Jantar	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA ABÓBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA LARANJA	ARROZ TEMPERADO COM FRANGO E CENOURA FEIJÃO SALADA DE ALFACE ABACAXI	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA MAÇA	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)
	759	117,8g 62%	24,6g 13%	21,3 25%	126	40	297	4

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 Parcial

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	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 GOIABA	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATA DOCE FRANGO COM SOJA BANANA	FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA SALADA DE REPOLHO			
Lanche da Tarde	VITAMINA DE BANANA	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
Jantar	ARROZ FEIJÃO OMELETE SALADA DE BETERRABA	ARROZ FEIJÃO TABULE DE FRANGO COM SOJA E PEPINO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BRÓCOLIS GOIABA	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATA DOCE FRANGO COM SOJA BANANA	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)
	713	112g	24g	19,4g	114	44	270	4
		63%	13%	24%				

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 Parcial

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	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	MINGAU COM CACAU	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)
	703	110g 62%	24,3 14%	19g 24%	115	43	275	4

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista