

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

CARDÁPIO

Cemei / 6 meses à 5 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerantes à lactose usar Leite 0 lactose

JUNHO 2024

Tipo de Refeição Horário	Segunda 03/06	Terça 04/06	Quarta 05/06	Quinta 06/06	Sexta 07/06			
Café da Manhã	LEITE COM CACAU BISCOITO DE POLVILHO	LEITE COM CACAU PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO CASEIRO	LEITE TORRADINHAS	LEITE COM CACAU BOLO SIMPLES SEM AÇUCAR	LEITE BISCOITO DE POLVILHO			
Almoço	ARROZ FEIJÃO VIRADO DE OVOS COM VAGEM (Farinha de milho)	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE INHAME FRANGO COM SOJA	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM PERNIL SALADA DE TOMATE	FEIJÃO MACARRONADA DE CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM ABOBRINHA			
Lanche da Tarde	MAÇÃ	MELANCIA	PÊRA	QUIBE ASSADO	SALADA DE FRUTAS (Pêra, Banana, Laranja)			
Jantar	ARROZ FEIJÃO VIRADO DE OVOS COM VAGEM (Farinha de milho)	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE INHAME FRANGO COM SOJA	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM PERNIL SALADA DE TOMATE	FEIJÃO MACARRONADA DE CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM ABOBRINHA			
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)
	990	141g 59%	38g 15%	31 26%	139	16	298	6

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista

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

CARDÁPIO

Cemei / 6 meses à 5 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerantes à lactose usar Leite 0 lactose

JUNHO 2024

Tipo de Refeição Horário	Segunda 10/06	Terça 11/06	Quarta 12/06	Quinta 13/06	Sexta 14/06			
Café da Manhã	LEITE COM CACAU BISCOITO DE POLVILHO	LEITE COM CACAU PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO CASEIRO	LEITE TORRADINHAS	LEITE COM CACAU BOLO SIMPLES SEM AÇUCAR	LEITE BISCOITO DE POLVILHO			
Almoço	FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha mandioca)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA	FEIJÃO ARROZ PERNIL COM TOMATE REPOLHO REFOGADO			
Lanche da Tarde	BANANA	LARANJA	MANGA	MILHO VERDE COZIDO	SALADA DE FRUTAS (Manga, Maçã, Melancia)			
Jantar	FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha mandioca)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA	FEIJÃO ARROZ PERNIL COM TOMATE REPOLHO REFOGADO			
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)
	985	149g	36g	27g	103	71	279	5
		60%	15%	25%				

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista

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

CARDÁPIO

Cemei / 6 meses à 5 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerantes à lactose usar Leite 0 lactose

JUNHO 2024

Tipo de Refeição Horário	Segunda 17/06	Terça 18/06	Quarta 19/06	Quinta 20/06	Sexta 21/06			
Café da Manhã	LEITE COM CACAU BISCOITO DE POLVILHO	LEITE COM CACAU PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO CASEIRO	LEITE TORRADINHAS	LEITE COM CACAU BOLO SIMPLES SEM AÇUCAR	LEITE BISCOITO DE POLVILHO			
Almoço	FEIJÃO MACARRONADA COM OVOS PICADOS SALADA DE CHUCHU	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA ANGU	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA E SOJA	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA			
Lanche da Tarde	MAÇÃ	MELANCIA	ABACAXI	LEITE BOLO SIMPLES SEM AÇUCAR	SALADA DE FRUTAS (Abacaxi, Banana, Laranja)			
Jantar	FEIJÃO MACARRONADA COM OVOS PICADOS SALADA DE CHUCHU	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA ANGU	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA E SOJA	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA			
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)
	976	141g 58%	35g 14%	30g 28%	146	31	344	5

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista

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

CARDÁPIO

Cemei / 6 meses à 5 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerantes à lactose usar Leite 0 lactose

JUNHO 2024

Tipo de Refeição Horário	Segunda 24/06	Terça 25/06	Quarta 26/06	Quinta 27/06	Sexta 28/06			
Café da Manhã	LEITE COM CACAU BISCOITO DE POLVILHO	LEITE COM CACAU PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO CASEIRO	LEITE TORRADINHAS	LEITE COM CACAU BOLO SIMPLES SEM AÇUCAR	LEITE BISCOITO DE POLVILHO			
Almoço	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E ABOBRINHA	FEIJÃO ARROZ PERNIL COM MANDIOCA	FEIJÃO MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM FRANGO E BROCÓLIS	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CHUCHU	ARROZ FEIJÃO TABULE DE FRANGO COM SOJA ALFACE E TOMATE			
Lanche da Tarde	BANANA	LARANJA	MAMÃO	TORTA DE ESPINAFRE	SALADA DE FRUTAS (Maçã, Melancia, Mamão)			
Jantar	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E ABOBRINHA	FEIJÃO ARROZ PERNIL COM MANDIOCA	FEIJÃO MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM FRANGO E BROCÓLIS	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CHUCHU	ARROZ FEIJÃO TABULE DE FRANGO COM SOJA ALFACE E 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)
	1013	149g	39g	30g	111	69	298	6
		59%	15%	26%				

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista