

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

JUNHO 2024

Tipo de Refeição Horário	Segunda 03/06	Terça 04/06	Quarta 05/06	Quinta 06/06	Sexta 07/06			
Café da Manhã	VITAMINA DE BANANA	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
Almoço	ARROZ FEIJÃO VIRADO DE OVOS COM VAGEM (Farinha de milho) MAÇA	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE INHAME FRANGO COM SOJA MELANCIA	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM PERNIL SALADA DE TOMATE PERA	FEIJÃO MACARRONADA DE CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM ABOBRINHA			
Lanche da Tarde	VITAMINA DE BANANA	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
Jantar	ARROZ FEIJÃO VIRADO DE OVOS COM VAGEM (Farinha de milho) MAÇA	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE INHAME FRANGO COM SOJA MELANCIA	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM PERNIL SALADA DE TOMATE PERA	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)
	717	113,8G 63%	23,5G 13%	19,3G 24%	114	15	265	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

JUNHO 2024

Tipo de Refeição Horário	Segunda 10/06	Terça 11/06	Quarta 12/06	Quinta 13/06	Sexta 14/06			
Café da Manhã	VITAMINA DE ABACATE	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
Almoço	FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE BETERRABA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA LARANJA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha mandioca) MANGA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA	FEIJÃO ARROZ PERNIL COM TOMATE REPOLHO REFOGADO			
Lanche da Tarde	VITAMINA DE ABACATE	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
Jantar	FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE BETERRABA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA LARANJA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha mandioca) MANGA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO 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)
	680	108,2G 63%	22,4g 13%	17,9G 24%	96	55	257	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

JUNHO 2024

Tipo de Refeição Horário	Segunda 17/06	Terça 18/06	Quarta 19/06	Quinta 20/06	Sexta 21/06			
Café da Manhã	VITAMINA DE BANANA	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
Almoço	FEIJÃO MACARRONADA COM OVOS PICADOS SALADA DE CHUCHU	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA ANGU MELANCIA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA E SOJA ABACAXI	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE BANANA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA			
Lanche da Tarde	VITAMINA DE BANANA	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
Jantar	FEIJÃO MACARRONADA COM OVOS PICADOS SALADA DE CHUCHU	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA ANGU MELANCIA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA E SOJA ABACAXI	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE BANANA	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)
	686	110,2G 64%	22,9G 13%	17,8G 23%	107	26	268	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

JUNHO 2024

Tipo de Refeição Horário	Segunda 24/06	Terça 25/06	Quarta 26/06	Quinta 27/06	Sexta 28/06			
Café da Manhã	VITAMINA DE MARACUJÁ	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
Almoço	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA	FEIJÃO MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM FRANGO E BROCOLIS	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CHUCHU MAÇA	ARROZ FEIJÃO TABULE DE FRANGO COM SOJA ALFACE E TOMATE			
Lanche da Tarde	VITAMINA DE MARACUJÁ	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
Jantar	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA	FEIJÃO MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM FRANGO E BROCOLIS	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CHUCHU MAÇA	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)
	692	108,5G 63%	23,4G 13%	18,7G 24%	96	55	265	4

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista