

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

JULHO 2024

Tipo de Refeição Horário	Segunda 01/07	Terça 02/07	Quarta 03/07	Quinta 04/07	Sexta 05/07			
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 FAROFA DE CENOURA COM FRANGO (Farinha milho)	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA COUVE REFOGADA	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E VAGEM			
Lanche da Tarde	VITAMINA DE BANANA	MELANCIA	MAÇÃ	BANANA	SALADA DE FRUTAS (Maçã, Laranja, Banana)			
Jantar	ARROZ FEIJÃO SALADA DE OVOS COM BATATA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE CENOURA COM FRANGO (Farinha milho)	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA COUVE REFOGADA	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E VAGEM			
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)
	1190	191,49g 64%	42,09g 14%	28,84g 22%	137	72	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

JULHO 2024

Tipo de Refeição Horário	Segunda 08/07	Terça 09/07	Quarta 10/07	Quinta 11/07	Sexta 12/07			
Café da Manhã	VITAMINA DE MARACUJÁ BOLACHA CREAM CRACKER	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
Almoço	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM ABÓBORA MADURA PICADINHA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA REPOLHO REFOGADO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO CANJQUINHA COM FRANGO E TOMATE			
Lanche da Tarde	VITAMINA DE MARACUJÁ	LARANJA	PÃO COM PERNIL	CANJICADA	PIPOCA			
Jantar	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM ABÓBORA MADURA PICADINHA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA REPOLHO REFOGADO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJÃO CANJQUINHA COM PERNIL E CENOURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM TOMATE REFOGADOS			
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)
	1221	185,61g 61%	42,94g 14%	33,97G 25%	168	32	448	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

JULHO 2024

Tipo de Refeição Horário	Segunda 15/07	Terça 16/07	Quarta 17/07	Quinta 18/07	Sexta 19/07			
Café da Manhã	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
Almoço	FEIJÃO MACARRONADA DE CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATA FRANGO	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM PERNIL E SOJA	ARROZ TEMPERADO COM FRANGO FEIJÃO	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL (Farinha Mandioca)			
Lanche da Tarde	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
Jantar	FEIJÃO MACARRONADA DE CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATA FRANGO	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM PERNIL E SOJA	ARROZ TEMPERADO COM FRANGO FEIJÃO	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL (Farinha Mandioca)			
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)
	1312	196,73g 60%	45,41g 14%	37,94G 26%	204	10	502	8

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista