

**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

**JULHO 2024**

<b>Tipo de Refeição Horário</b>	<b>Segunda 01/07</b>	<b>Terça 02/07</b>	<b>Quarta 03/07</b>	<b>Quinta 04/07</b>	<b>Sexta 05/07</b>			
<b>Café da Manhã</b>	VITAMINA DE BANANA	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
<b>Almoço</b>	ARROZ FEIJÃO SALADA DE OVOS COM BATATA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE CENOURA COM FRANGO (Far. milho) MELANCIA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA COUVE REFOGADA MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E VAGEM			
<b>Lanche da Tarde</b>	VITAMINA DE BANANA	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
<b>Jantar</b>	ARROZ FEIJÃO SALADA DE OVOS COM BATATA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE CENOURA COM FRANGO (Far. milho) MELANCIA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA COUVE REFOGADA MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E VAGEM			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO(g) 55% a 65 VET</b>	<b>PTN(g) 10% a 15% VET</b>	<b>LPD(g) 15% a 30% VET</b>	<b>Vit.A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	693	108,4G 62%	23,3G 13%	18,9G 25%	<b>110</b>	<b>48</b>	<b>268</b>	<b>4</b>

**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

**JULHO 2024**

<b>Tipo de Refeição Horário</b>	<b>Segunda 08/07</b>	<b>Terça 09/07</b>	<b>Quarta 10/07</b>	<b>Quinta 11/07</b>	<b>Sexta 12/07</b>			
<b>Café da Manhã</b>	VITAMINA DE MARACUJÁ	LEITE COM CACAU BOLACHA CREAM CRACKER	PÃO COM PERNIL	CANJICADA	PIPOCA			
<b>Almoço</b>	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM ABÓBORA MADURA PICADINHA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA REPOLHO REFOGADO LARANJA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO CANJIQUINHA COM FRANGO E TOMATE			
<b>Lanche da Tarde</b>	VITAMINA DE MARACUJÁ	LEITE COM CACAU BOLACHA CREAM CRACKER	PÃO COM PERNIL	CANJICADA	PIPOCA			
<b>Jantar</b>	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM ABÓBORA MADURA PICADINHA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA REPOLHO REFOGADO LARANJA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO CANJIQUINHA COM FRANGO E TOMATE			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO(g) 55% a 65 VET</b>	<b>PTN(g) 10% a 15% VET</b>	<b>LPD(g) 15% a 30% VET</b>	<b>Vit.A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	631	95G 60%	22G 14%	17,9G 26%	<b>96</b>	<b>27</b>	<b>247</b>	<b>4</b>

**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

**JULHO 2024**

<b>Tipo de Refeição Horário</b>	<b>Segunda 15/07</b>	<b>Terça 16/07</b>	<b>Quarta 17/07</b>	<b>Quinta 18/07</b>	<b>Sexta 19/07</b>			
<b>Café da Manhã</b>	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	LEITE COM CACAU BOLACHA CREAM CRACKER	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
<b>Almoço</b>	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)			
<b>Lanche da Tarde</b>	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	LEITE COM CACAU BOLACHA CREAM CRACKER	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
<b>Jantar</b>	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)			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO(g) 55% a 65 VET</b>	<b>PTN(g) 10% a 15% VET</b>	<b>LPD(g) 15% a 30% VET</b>	<b>Vit.A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	654	96,6G 59%	22,5G 14%	19,4G 27%	<b>106</b>	<b>5</b>	<b>251</b>	<b>4</b>

**Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista**