

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

**CARDÁPIO**

Cemei / 06 meses a 5 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerância à lactose usar leite Zero lactose

**JULHO 2024**

Tipo de Refeição Horário	2ª Feira 29/07	3ª Feira 30/07	4ª Feira 31/07	5ª Feira 01/08	6ª Feira 02/08				
Café da Manhã	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DE POLVILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO FRANCÊS	LEITE TORRADINHAS	LEITE COM CACAU 100% BOLO SEM AÇÚCAR	LEITE BISCOITO DE POLVILHO				
Almoço	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM CARNE MOIDA E SOJA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL (Farinha de milho)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BRÓCOLIS	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E CHUCHU	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA				
Lanche da Tarde	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DE POLVILHO	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DE POLVILHO	MAÇÃ	MILHO VERDE	SALADA DE FRUTAS				
Jantar	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM CARNE MOIDA E SOJA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL (Farinha de milho)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BRÓCOLIS	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E CHUCHU	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA				
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)	
		1142,36	168,91g	41,09g					33g
		59%	14%	26%					<b>136</b>

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

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

**CARDÁPIO**

Cemei / 06 meses a 5 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerância à lactose usar leite Zero lactose

AGOSTO 2024

Tipo de Refeição Horário	2ª Feira 05/08	3ª Feira 06/08	4ª Feira 07/08	5ª Feira 08/08	6ª Feira 09/08			
Café da Manhã	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DE POLVILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO FRANCÊS	LEITE TORRADINHAS	LEITE COM CACAU 100% BOLO SEM AÇÚCAR	LEITE BISCOITO DE POLVILHO			
Almoço	FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABOBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM VAGEM	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATA DOCE PERNIL COM SOJA ACELGA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIOCA			
Lanche da Tarde	BANANA	LARANJA	MELANCIA	QUIBE ASSADO	SALADA DE FRUTAS			
Jantar	FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABOBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM VAGEM	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATA DOCE PERNIL COM SOJA ACELGA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIOCA			
Composição nutricional (Média semanal)	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO(g)</b> 55% a 65 VET	<b>PTN(g)</b> 10% a 15% VET	<b>LPD(g)</b> 15% a 30% VET	<b>Vit.A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	1134	176g	40g	30g	119	42	321	6
		62%	14%	24%				

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

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

**CARDÁPIO**

Cemei / 06 meses a 5 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerância à lactose usar leite Zero lactose

AGOSTO 2024

Tipo de Refeição Horário	2ª Feira 12/08	3ª Feira 13/08	4ª Feira 14/08	5ª Feira 15/08	6ª Feira 16/08			
Café da Manhã	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DE POLVILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO FRANCÊS	LEITE TORRADINHAS	LEITE COM CACAU 100% BOLO SEM AÇÚCAR	LEITE BISCOITO DE POLVILHO			
Almoço	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca)	ARROZ FEIJÃO QUIBE ASSADO COM CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE FRANGO SALADA DE PEPINO			
Lanche da Tarde	PERA	MANGA	GOIABA	LEITE COM CACAU BOLO SEM AÇÚCAR	SALADA DE FRUTAS			
Jantar	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca)	ARROZ FEIJÃO QUIBE ASSADO COM CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE FRANGO SALADA DE PEPINO			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 1163	CHO(g) 55% a 65 VET	PTN(g) 10% a 15% VET	LPD(g) 15% a 30% VET	Vit.A (mcg)  <b>134</b>	Vit. C (mg)  <b>68</b>	Ca (mg)  <b>338</b>	Fe (mg)  <b>6</b>
		180g	42g	31g				
		62%	14%	24%				

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

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

**CARDÁPIO**

Cemei / 06 meses a 5 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerância à lactose usar leite Zero lactose

AGOSTO 2024

Tipo de Refeição Horário	2ª Feira 19/08	3ª Feira 20/08	4ª Feira 21/08	5ª Feira 22/08	6ª Feira 23/08			
Café da Manhã	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DE POLVILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO FRANCÊS	LEITE TORRADINHAS	LEITE COM CACAU 100% BOLO SEM AÇÚCAR	LEITE BISCOITO DE POLVILHO			
Almoço	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM REPOLHO E SOJA	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE E TOMATE	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA			
Lanche da Tarde	BANANA	LARANJA	MAÇÃ	TORTA DE ESPINAFRE	SALADA DE FRUTAS			
Jantar	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM REPOLHO E SOJA	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE E TOMATE	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA			
Composição nutricional (Média semanal)	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO(g)</b> 55% a 65 VET	<b>PTN(g)</b> 10% a 15% VET	<b>LPD(g)</b> 15% a 30% VET	<b>Vit.A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	1109	166g 60%	42g 15%	31g 25%	<b>121</b>	<b>43</b>	<b>325</b>	<b>6</b>

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

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

**CARDÁPIO**

Cemei / 06 meses a 5 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerância à lactose usar leite Zero lactose

AGOSTO 2024

Tipo de Refeição Horário	2ª Feira 26/08	3ª Feira 27/08	4ª Feira 28/08	5ª Feira 29/08	6ª Feira 30/09			
Café da Manhã	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DE POLVILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO FRANCÊS	LEITE TORRADINHAS	LEITE COM CACAU 100% BOLO SEM AÇÚCAR	LEITE BISCOITO DE POLVILHO			
Almoço	ARROZ FEIJÃO OMELETE COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABOBORA MADURA ANGU	FEIJÃO MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM FRANGO E BRÓCOLIS	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA BATATA SALSA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CHUCHU			
Lanche da Tarde	ABACAXI	MELÃO	BANANA	MILHO VERDE	SALADA DE FRUTAS			
Jantar	ARROZ FEIJÃO OMELETE COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABOBORA MADURA ANGU	FEIJÃO MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM FRANGO E BRÓCOLIS	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA BATATA SALSA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CHUCHU			
Composição nutricional (Média semanal)	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO(g)</b> 55% a 65 VET	<b>PTN(g)</b> 10% a 15% VET	<b>LPD(g)</b> 15% a 30% VET	<b>Vit.A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	1117	171g 61%	41g 15%	30g 24%	<b>115</b>	<b>36</b>	<b>305</b>	<b>6</b>

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