

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

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 BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE (Mingau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
Almoço	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E BATATA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL (Farinha de milho)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BRÓCOLIS MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E CHUCHU BANANA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA			
Lanche da Tarde	LEITE COM CACAU BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE (Mingau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E BATATA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL (Farinha de milho)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BRÓCOLIS MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E CHUCHU BANANA	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)
	668	103g 62%	22g 13%	18g 24%	120	10	242	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

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	VITAMINA DE ABACATE	CHOCOLATE QUENTE (Mingau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
Almoço	FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABOBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM VAGEM MELANCIA	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATA DOCE PERNIL COM SOJA ACELGA PÊRA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIOCA			
Lanche da Tarde	VITAMINA DE ABACATE	CHOCOLATE QUENTE (Mingau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
Jantar	FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABOBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM VAGEM MELANCIA	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATA DOCE PERNIL COM SOJA ACELGA PÊRA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM 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)
	713	111g 62%	23g 13%	20g 25%	122	11	262	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

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	VITAMINA DE BANANA	CHOCOLATE QUENTE (Mingau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
Almoço	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca) GOIABA	ARROZ FEIJÃO QUIBE ASSADO COM CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE TOMATE BANANA	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE FRANGO SALADA DE PEPINO			
Lanche da Tarde	VITAMINA DE BANANA	CHOCOLATE QUENTE (Mingau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
Jantar	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca) GOIABA	ARROZ FEIJÃO QUIBE ASSADO COM CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE TOMATE BANANA	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE FRANGO SALADA DE PEPINO			
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)
	712	116g 65%	23g 13%	18g 23%	120	49	250	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

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	VITAMINA DE MARACUJÁ	CHOCOLATE QUENTE (Mingau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
Almoço	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM REPOLHO E SOJA MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE E TOMATE ABACAXI	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA			
Lanche da Tarde	VITAMINA DE MARACUJÁ	CHOCOLATE QUENTE (Mingau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
Jantar	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM REPOLHO E SOJA MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE E TOMATE ABACAXI	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)
	664	103g	22g	18g	118	16	258	4
		62%	13%	24%				

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

AGOSTO 2024

Tipo de Refeição Horário	2ª Feira 26/08	3ª Feira 27/08	4ª Feira 28/08	5ª Feira 29/08	6ª Feira 30/08			
Café da Manhã	VITAMINA DE BANANA	CHOCOLATE QUENTE (Mingau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
Almoço	ARROZ FEIJÃO OMELETE COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABOBORA MADURA ANGU	FEIJÃO MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM FRANGO E BRÓCOLIS BANANA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA BATATA SALSA LARANJA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CHUCHU			
Lanche da Tarde	VITAMINA DE BANANA	CHOCOLATE QUENTE (Mingau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
Jantar	ARROZ FEIJÃO OMELETE COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABOBORA MADURA ANGU	FEIJÃO MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM FRANGO E BRÓCOLIS BANANA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA BATATA SALSA LARANJA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CHUCHU			
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)
	760	116g 61%	25g 13%	22g 26%	144	33	306	4

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista