

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

SETEMBRO 2024

Tipo de Refeição Horário	2ª Feira 02/09	3ª Feira 03/09	4ª Feira 04/09	5ª Feira 05/09	6ª Feira 06/09			
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 CARNE MOIDA COM ABOBRINHA E SOJA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA	ARROZ FEIJÃO TABULE DE FRANGO COM PEPINO E SOJA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL TOMATE (Farinha de milho)	FEIJÃO MACARRONADA DE FRANGO ALFACE			
Lanche da Tarde	MAMÃO	LARANJA	PERA	TORTA DE CHICORIA	SALADA DE FRUTAS			
Jantar	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM ABOBRINHA E SOJA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA	ARROZ FEIJÃO TABULE DE FRANGO COM PEPINO E SOJA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL TOMATE (Farinha de milho)	FEIJÃO MACARRONADA DE FRANGO ALFACE			
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)
	1140	176g 62%	42g 15%	30g 23%	103	65	312	7

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

SETEMBRO 2024

Tipo de Refeição Horário	2ª Feira 09/09	3ª Feira 10/09	4ª Feira 11/09	5ª Feira 12/09	6ª Feira 13/09			
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 SALADA DE OVOS COM BATATA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA ABÓBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA BATATA SALSA	FEIJÃO ARROZ CARNE MOIDA COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM REPOLHO E SOJA ANGU			
Lanche da Tarde	MANGA	MELANCIA	BANANA	QUIBE ASSADO	SALADA DE FRUTAS			
Jantar	ARROZ FEIJÃO SALADA DE OVOS COM BATATA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA ABÓBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA BATATA SALSA	FEIJÃO ARROZ CARNE MOIDA COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM REPOLHO E SOJA ANGU			
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)
	1119	174g 62%	41g 15%	29g 23%	115	28	294	6

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

SETEMBRO 2024

Tipo de Refeição Horário	2ª Feira 16/09	3ª Feira 17/09	4ª Feira 18/09	5ª Feira 19/09	6ª Feira 20/09			
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	FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA	FEIJÃO ARROZ PERNIL COM INHAME	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA E BRÓCOLIS	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM PERNIL DESMIADO TOMATE	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE			
Lanche da Tarde	MAÇÃ	LARANJA	BANANA	LEITE COM CACAU BOLO SEM AÇÚCAR	MELÃO			
Jantar	FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA	FEIJÃO ARROZ PERNIL COM INHAME	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA E BRÓCOLIS	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM PERNIL DESMIADO TOMATE	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE			
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)
	1144	173g 60%	43g 15%	32g 25%	130	69	364	6

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

SETEMBRO 2024

Tipo de Refeição Horário	2ª Feira 23/09	3ª Feira 24/09	4ª Feira 25/09	5ª Feira 26/09	6ª Feira 27/09			
Café da Manhã		LEITE COM CACAU 100% PÃO FRANCÊS	LEITE TORRADINHAS	LEITE COM CACAU 100% BOLO SEM AÇÚCAR	LEITE BISCOITO DE POLVILHO			
Almoço	FERIADO	ARROZ FEIJÃO OVOS COM CHUCHU	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATA PERNIL	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E CENOURA			
Lanche da Tarde		MELANCIA	MAÇÃ	TORTA DE ESPINAFRE	SALADA DE FRUTAS			
Jantar	FERIADO	ARROZ FEIJÃO OVOS COM CHUCHU	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATA PERNIL	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E 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)
	1169	170g 58%	43g 15%	35g 27%	155	50	357	7

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista