

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

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	VITAMINA DE ABACATE	CHOCOLATE QUENTE	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
Almoço	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM ABOBRINHA E SOJA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA	ARROZ FEIJÃO TABULE DE FRANGO COM PEPINO E SOJA MELANCIA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL TOMATE (Farinha de milho) MANGA	FEIJÃO MACARRONADA DE FRANGO ALFACE			
Lanche da Tarde	VITAMINA DE ABACATE	CHOCOLATE QUENTE	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
Jantar	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM ABOBRINHA E SOJA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA	ARROZ FEIJÃO TABULE DE FRANGO COM PEPINO E SOJA MELANCIA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL TOMATE (Farinha de milho) MANGA	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)
	716	113g 63%	24g 13%	19g 24%	112	30	254	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

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	VITAMINA DE BANANA	CHOCOLATE QUENTE	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
Almoço	ARROZ FEIJÃO SALADA DE OVOS COM BATATA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA ABÓBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA BATATA SALSA BANANA	FEIJÃO ARROZ CARNE MOIDA COM CENOURA MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM REPOLHO E SOJA ANGU			
Lanche da Tarde	VITAMINA DE BANANA	CHOCOLATE QUENTE	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
Jantar	ARROZ FEIJÃO SALADA DE OVOS COM BATATA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA ABÓBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA BATATA SALSA BANANA	FEIJÃO ARROZ CARNE MOIDA COM CENOURA MAÇÃ	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)
	727	118g 65%	23g 13%	18g 22%	120	13	247	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

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	VITAMINA DE MARACUJÁ	CHOCOLATE QUENTE	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
Almoço	FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA	FEIJÃO ARROZ PERNIL COM INHAME	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA E BRÓCOLIS BANANA	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM PERNIL DESMIADO TOMATE MELÃO	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE			
Lanche da Tarde	VITAMINA DE MARACUJÁ	CHOCOLATE QUENTE	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
Jantar	FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA	FEIJÃO ARROZ PERNIL COM INHAME	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA E BRÓCOLIS BANANA	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM PERNIL DESMIADO TOMATE MELÃO	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)
	687	106g 62%	24g 14%	19g 25%	118	38	261	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

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		CHOCOLATE QUENTE	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
Almoço	FERIADO	ARROZ FEIJÃO OVOS COM CHUCHU	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATA PERNIL MAÇÃ	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca) LARANJA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E CENOURA			
Lanche da Tarde		CHOCOLATE QUENTE	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
Jantar	FERIADO	ARROZ FEIJÃO OVOS COM CHUCHU	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATA PERNIL MAÇÃ	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca) LARANJA	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)
		736	112g	24g				
		61%	13%	27%	141	41	282	4

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista