

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

DEZEMBRO 2024

Tipo de Refeição Horário	2ª Feira 02/12	3ª Feira 03/12	4ª Feira 04/12	5ª Feira 05/12	6ª Feira 06/12			
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 CENOURA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E TOMATE	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA SALADA DE BETERRABA			
Lanche da Tarde	PERA	ABACAXI	MANGA	QUIBE ASSADO	SALADA DE FRUTAS			
Jantar	ARROZ FEIJÃO SALADA DE OVOS COM BATATA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E TOMATE	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA SALADA DE BETERRABA			
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)
	1084	163g 60%	40g 15%	30g 25%	115	28	288	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

DEZEMBRO 2024

Tipo de Refeição Horário	2ª Feira 09/12	3ª Feira 10/12	4ª Feira 11/12	5ª Feira 12/12	6ª Feira 13/12			
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 SOJA ABÓBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO	ARROZ FEIJÃO POLENTA DE CARNE MOIDA E SOJA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE FRANGO (Farinha de milho)			
Lanche da Tarde	BANANA	MELANCIA	LEITE BISCOITO DE POLVILHO	LEITE COM CACAU BOLO SEM AÇÚCAR	LEITE BISCOITO DE POLVILHO			
Jantar	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA ABÓBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO	ARROZ FEIJÃO POLENTA DE CARNE MOIDA E SOJA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE FRANGO (Farinha de milho)			
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)
	1246	185g	43g	36g	170	14	407	6
		59%	14%	26%				

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

DEZEMBRO 2024

Tipo de Refeição Horário	2ª Feira 16/12	3ª Feira 17/12	4ª Feira 18/12	5ª Feira 19/12	6ª Feira 20/12			
Café da Manhã	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DE POLVILHO	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DE POLVILHO	LEITE BISCOITO DE POLVILHO					
Almoço	FEIJÃO MACARRONADA DE CARNE MOIDA E SOJA	ARROZ TEMPERADO COM FRANGO FEIJÃO	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL E SOJA					
Lanche da Tarde	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DE POLVILHO	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DE POLVILHO	LEITE BISCOITO DE POLVILHO					
Jantar	FEIJÃO MACARRONADA DE CARNE MOIDA E SOJA	ARROZ TEMPERADO COM FRANGO FEIJÃO	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL E SOJA					
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)
	1209	158g	42g	44g	201	2	456	6
		53%	14%	32%				

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista