

**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

**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		
Almoço		ARROZ FEIJÃO SALADA DE OVOS COM BATATA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E TOMATE BANANA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM ABOBRINHA MELANCIA	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)
	677	105g 62%	23g 13%	19g 25%	<b>120</b>	<b>15</b>	<b>245</b>	<b>4</b>

**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

**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		
Almoço		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA ABÓBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM CARNE MOÍDA 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)
	666	102g %	22g %	18g %	<b>118</b>	<b>4</b>	<b>246</b>	<b>4</b>

**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

**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		
Almoço		FEIJÃO MACARRONADA DE CARNE MOIDA E SOJA	ARROZ TEMPERADO COM FRANGO FEIJÃO	ARROZ FEIJÃO FAROFÁ 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)
	612	95g	22g	16g	96	2	228	3
		62%	14%	24%				

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