

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRÊS CORAÇÕES – MG / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO**

Etapa de Ensino Ed. Infantil e Fundamental / Faixa de Idade 4 a 14 anos / Zona Rural / 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	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
Almoço	ARROZ FEIJÃO SALADA DE OVOS COM BATATA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA ABACAXI	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E TOMATE MANGA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA SALADA DE BETERRABA			
Lanche da Tarde	VITAMINA DE BANANA PERA	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	QUIBE ASSADO	PIPOCA LEITE COM CACAU			
Composição nutricional (Média semanal)	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO(g)</b> 55% a 65 VET	<b>PTN(g)</b> 10% a 15% VET	<b>LPD(g)</b> 15% a 30% VET	<b>Vit.A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	936	142g	30g	28g	<b>205</b>	<b>22</b>	<b>394</b>	<b>5</b>
		60%	13%	27%				

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

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRÊS CORAÇÕES – MG / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO**

Etapa de Ensino Ed. Infantil e Fundamental / Faixa de Idade 4 a 14 anos / Zona Rural / 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 BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA			
Almoço	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA E SOJA ABOBORA 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	LEITE COM CACAU BOLACHA CREAM CRACKER	CAFÉ COM LEITE BOLO	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA			
Composição nutricional (Média semanal)	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO(g)</b> 55% a 65 VET	<b>PTN(g)</b> 10% a 15% VET	<b>LPD(g)</b> 15% a 30% VET	<b>Vit.A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	884	128g 58%	31g 14%	28g 28%	<b>234</b>	<b>2</b>	<b>439</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			
Café da Manhã	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	LEITE COM CACAU BOLACHA	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA					
Almoço	FEIJÃO MACARRONADA DE CARNE MOIDA E SOJA	ARROZ TEMPERADO COM FRANGO FEIJÃO	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL E SOJA					
Lanche da Tarde	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	LEITE COM CACAU BOLACHA	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA					
Composição nutricional (Média semanal)	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO(g)</b> 55% a 65 VET	<b>PTN(g)</b> 10% a 15% VET	<b>LPD(g)</b> 15% a 30% VET	<b>Vit.A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	612	95g	22g	16g	96	2	228	3
		62%	14%	24%				

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