

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 Integral

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			
Café da Manhã	VITAMINA DE BANANA BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
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	VITAMINA DE BANANA	ABACAXI	BANANA	MELANCIA	SALADA DE FRUTA			
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)
	1141	180g	40g	29g	144	36	333	7
		63%	14%	23%				

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 Integral

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			
Café da Manhã	VITAMINA DE MARACUJÁ BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE	CAFÉ COM LEITE BOLACHA	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
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	VITAMINA DE MARACUJÁ	MANGA	CAFÉ COM LEITE BOLACHA	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
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)
	1329	206g	44g	36g	211	12	464	7
		62%	13%	24%				

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 Integral

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	CHOCOLATE QUENTE	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	CHOCOLATE QUENTE	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA					
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)
	1223	191g 62%	43g 14%	31g 23%	191	3	456	7

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista