

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

FEVEREIRO 2025

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 03/02	3ª Feira 04/02	4ª Feira 05/02	5ª Feira 06/02	6ª Feira 07/02		
Café da Manhã			LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE PÃO	CHOCOLATE QUENTE (Mingau de cacau)	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER		
Almoço		DIA ESCOLAR	FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOÍDA E SOJA MELANCIA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM VAGEM ABACAXI	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BROCÓLIS	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATA DOCE PERNIL COM SOJA SALADA DE TOMATE		
Lanche da Tarde			LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE BANANA MANGA (sobremesa)		
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)
	1041	618g	128g	305g	815	35	494	5
		59%	12%	29%				

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

FEVEREIRO 2025

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 10/02		3ª Feira 11/02		4ª Feira 12/02		5ª Feira 13/02		6ª Feira 14/02	
Café da Manhã		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER		CHOCOLATE QUENTE (Mingau de cacau)		CAFÉ COM LEITE PÃO		LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	
Almoço		ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM ABOBRINHA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA BANANA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CENOURA LARANJA		ARROZ FEIJÃO TABULE DE FRANGO E SOJA SALADA DE PEPINO		ARROZ FEIJÃO POLENTA COM CARNE MOIDA E SOJA ALFACE	
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS Melancia, abacaxi e manga		LEITE COM CACAU BOLO		CAFÉ COM LEITE PÃO		TORTA DE ESPINAFRE		VITAMINA DE ABACATE MAÇÃ (sobremesa)	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Vit.A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)			
		55% a 65 VET	10% a 15% VET	15% a 30% VET							
	957	580g	120g	266g	275	37	407	5			
		61%	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

FEVEREIRO 2025

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 17/02	3ª Feira 18/02	4ª Feira 19/02	5ª Feira 20/02	6ª Feira 21/02		
Café da Manhã		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE (Mingau de cacau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER		
Almoço		FEIJÃO MACARRONADA DE CARNE MOÍDA E SOJA SALADA DE BETERRABA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIOCA MAMÃO	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL COM SOJA E REPOLHO (Farinha de milho) GOIABA	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE E TOMATE	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA		
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS Banana, laranja e maçã	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	MILHO VERDE	VITAMINA DE BANANA MELÃO (sobremesa)		
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Vit.A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65 VET	10% a 15% VET	15% a 30% VET				
	987	622g	128g	250g	301	71	399	5
	63%	13%	25%					

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

FEVEREIRO 2025

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 24/02	3ª Feira 25/02	4ª Feira 26/02	5ª Feira 27/02	6ª Feira 28/02		
Café da Manhã		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE (Mingau de cacau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER		
Almoço		ARROZ FEIJÃO OMELETE COM CENOURA E SOJA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABOBORA MADURA ANGÚ BANANA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALSA LARANJA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CHUCHU		
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS Mamão, goiaba e melão	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	QUIBE ASSADO	VITAMINA DE MARACUJÁ MAÇÃ (sobremesa)		
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)
	948	579g	122g	254g	317	49	396	5
		61%	13%	26%				

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista