

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

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		DIA ESCOLAR	CHOCOLATE QUENTE (Mingau de cacau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA		
Almoço		DIA ESCOLAR	FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOÍDA E SOJA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM VAGEM	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BROCÓLIS	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATA DOCE PERNIL COM SOJA SALADA DE TOMATE		
Lanche da Tarde		DIA ESCOLAR	MELANCIA	ABACAXI	MANGA	VITAMINA DE BANANA		
Jantar		DIA ESCOLAR	FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOÍDA E SOJA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM VAGEM	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BROCÓLIS	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATA DOCE PERNIL COM SOJA SALADA DE TOMATE		
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) 1326	Vit. C (mg) 39	Ca (mg) 404	Fe (mg) 7
		738g	168g	290g				
		1189	62%	14%	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

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 BOLO		CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	
Almoço		ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM ABOBRINHA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CENOURA		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, Manga)		BANANA		LARANJA		MAÇÃ		VITAMINA DE ABACATE	
Jantar		ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM ABOBRINHA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CENOURA		ARROZ FEIJÃO TABULE DE FRANGO E SOJA SALADA DE PEPINO		ARROZ FEIJÃO POLENTA COM CARNE MOIDA E SOJA ALFACE	
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							
	1164	742g	165g	262g	285	43	344	7			
	64%	14%	22%								

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

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 BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA		
Almoço		FEIJÃO MACARRONADA DE CARNE MOÍDA E SOJA SALADA DE BETERRABA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIOCA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL COM SOJA E REPOLHO (Farinha de Milho)	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE FRANGO ALFACE E TOMATE	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA		
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (Banana, laranja, maçã)	MAMÃO	GOIABA	MELÃO	VITAMINA DE BANANA		
Jantar		FEIJÃO MACARRONADA DE CARNE MOÍDA E SOJA SALADA DE BETERRABA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIOCA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL COM SOJA E REPOLHO (Farinha de Milho)	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE FRANGO ALFACE E TOMATE	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA		
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)
	1184	761g	168g	261g	270	81	367	7
		64%	14%	22%				

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

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 BOLO		CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	
Almoço		ARROZ FEIJÃO OMELETE COM CENOURA E SOJA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABOBORA MADURA ANGÚ		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALSA		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, melão)		BANANA		LARANJA		MAÇÃ		VITAMINA DE MARACUJÁ	
Jantar		ARROZ FEIJÃO OMELETE COM CENOURA E SOJA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABOBORA MADURA ANGÚ		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALSA		ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca)		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CHUCHU	
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							
	1169	739g	164g	267g	398	66	353	7			
		63%	14%	23%							

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista