

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

CARDÁPIO

Cemei / 6 meses à 5 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerantes à lactose usar Leite 0 lactose

MARÇO 2025

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 03/03	3ª Feira 04/03	4ª Feira 05/03	5ª Feira 06/03	6ª Feira 07/03		
Café da Manhã		RECESSO	CARNAVAL	QUARTA – FEIRA DE CINZAS	LEITE BISCOITO POLVILHO	LEITE COM CACAU BOLO SIMPLES SEM AÇÚCAR		
Almoço		RECESSO	CARNAVAL	QUARTA – FEIRA DE CINZAS	ARROZ FEIJÃO ESCONDIDINHO DE MANDIOCA COM CARNE MOIDA E SOJA	TUTU DE FEIJÃO MACARRONADA DE FRANGO SALADA DE ACELGA E TOMATE (Farinha de milho)		
Lanche da Tarde		RECESSO	CARNAVAL	QUARTA – FEIRA DE CINZAS	LEITE BISCOITO POLVILHO	LEITE COM CACAU BOLO SIMPLES SEM AÇÚCAR		
Jantar		RECESSO	CARNAVAL	QUARTA – FEIRA DE CINZAS	ARROZ FEIJÃO ESCONDIDINHO DE MANDIOCA COM CARNE MOIDA E SOJA	TUTU DE FEIJÃO MACARRONADA DE FRANGO SALADA DE ACELGA E TOMATE (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)
	1345	734g	189g	423g	11643	26	558	6
		55%	14%	31%				

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista

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

CARDÁPIO

Cemei / 6 meses à 5 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerantes à lactose usar Leite 0 lactose

MARÇO 2025

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 10/03		3ª Feira 11/03		4ª Feira 12/03		5ª Feira 13/03		6ª Feira 14/03	
Café da Manhã		LEITE BISCOITO DE POLVILHO		LEITE COM CACAU PÃO FRANCÊS		LEITE TORRADINHAS		LEITE COM CACAU BOLO SIMPLES SEM AÇÚCAR		LEITE BISCOITO DE POLVILHO	
Almoço		ARROZ FEIJÃO SALADA DE OVOS COM BATATA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA ABÓBORA MADURA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CENOURA ANGÚ		ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE FRANGO ALFACE		ARROZ FEIJÃO QUIBE ASSADO COM CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE REPOLHO	
Lanche da Tarde		LEITE BISCOITO DE POLVILHO		MELANCIA		PÊRA		TORTA DE CHICÓRIA		MANGA	
Jantar		ARROZ FEIJÃO SALADA DE OVOS COM BATATA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA ABÓBORA MADURA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CENOURA ANGÚ		ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE FRANGO ALFACE		ARROZ FEIJÃO QUIBE ASSADO COM CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE REPOLHO	
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							
	1033	592g	156g	285g	7072	20	344	5			
		58%	15%	27%							

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista

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

CARDÁPIO

Cemei / 6 meses à 5 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerantes à lactose usar Leite 0 lactose

MARÇO 2025

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 17/03		3ª Feira 18/03		4ª Feira 19/03		5ª Feira 20/03		6ª Feira 21/03	
Café da Manhã		LEITE BISCOITO DE POLVILHO		LEITE COM CACAU PÃO FRANCÊS		LEITE TORRADINHAS		LEITE COM CACAU BOLO SIMPLES SEM AÇÚCAR		LEITE BISCOITO DE POLVILHO	
Almoço		FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM ABOBRINHA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BRÓCOLIS		FEIJÃO ARROZ PERNIL COM BATATA SALSA SALADA DE TOMATE		ARROZ FEIJÃO POLENTA COM FRANGO DESMIADO E SOJA SALADA DE ALFACE	
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (Melancia,pêra,manga)		BANANA		LARANJA		MILHO VERDE		MAÇÃ	
Jantar		FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM ABOBRINHA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BRÓCOLIS		FEIJÃO ARROZ PERNIL COM BATATA SALSA SALADA DE TOMATE		ARROZ FEIJÃO POLENTA COM FRANGO DESMIADO E SOJA SALADA DE 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							
	962	580g	150g	237g	4690	40	276	5			
		60%	16%	24%							

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista

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

CARDÁPIO

Cemei / 6 meses à 5 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerantes à lactose usar Leite 0 lactose

MARÇO 2025

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 24/03	3ª Feira 25/03	4ª Feira 26/03	5ª Feira 27/03	6ª Feira 28/03		
Café da Manhã		LEITE BISCOITO DE POLVILHO	LEITE COM CACAU PÃO FRANCÊS	LEITE TORRADINHAS	LEITE COM CACAU BOLO SIMPLES SEM AÇÚCAR	LEITE BISCOITO DE POLVILHO		
Almoço		ARROZ FEIJÃO OVOS COM VAGEM	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CHUCHU	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E CENOURA		
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (Banana,laranja,maçã)	ABACAXI	MELANCIA	QUIBE ASSADO	MELÃO		
Jantar		ARROZ FEIJÃO OVOS COM VAGEM	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CHUCHU	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E CENOURA		
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				
	906	514g	145g	249g	4803	37	284	5
	57%	16%	27%					

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista