

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

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			
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)			
Composição nutricional (Média semanal)			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								
	446		283g	70g	93g	92		13		84		3	
			64%	16%	30%								

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

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	
Almoço		ARROZ FEIJÃO SALADA DE OVOS COM BATATA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA ABÓBORA MADURA MELANCIA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CENOURA ANGÚ		ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE MANGA		ARROZ FEIJÃO QUIBE ASSADO COM CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE REPOLHO	
Composição nutricional (Média semanal)			CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)						
	Energia (Kcal)		55% a 65 VET	10% a 15% VET	15% a 30% VET	Vit.A (mcg)		Vit. C (mg)		Ca (mg)	
	431		286g	68g	77g	145		15		67	
		66%	16%	18%							
										3	

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

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	
Almoço		FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA		FEIJÃO ARROZ PERNIL COM ABOBRINHA BANANA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BRÓCOLIS		FEIJÃO ARROZ PERNIL COM BATATA SALSA SALADA DE TOMATE MAÇÃ		ARROZ FEIJÃO POLENTA COM FRANGO DESFIADO E SOJA SALADA DE ALFACE	
Composição nutricional (Média semanal)			CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)						
			55% a 65 VET	10% a 15% VET	15% a 30% VET			Vit.A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	406		271g	65g	72g	57		12	51	3	
			66%	16%	18%						

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

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	
Almoço		ARROZ FEIJÃO OVOS COM VAGEM		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA ABACAXI		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CHUCHU MELANCIA		ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca)		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E CENOURA	
Composição nutricional (Média semanal)			CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)						
	Energia (Kcal)		55% a 65 VET	10% a 15% VET	15% a 30% VET	Vit.A (mcg)		Vit. C (mg)		Ca (mg)	Fe (mg)
	402		260g	64g	77g	100		22		61	3
		64%	16%	20%							

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista