

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 Urbana/ Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerância à lactose usar leite Zero 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 COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
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	PIPOCA LEITE COM CACAU	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
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)
	963	575g 60%	129g 13%	266g 28%	258	13	464	5

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 Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerância à lactose usar leite Zero 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	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE (MINGAU)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
Almoço	ARROZ FEIJÃO SALADA DE OVOS COM BATATA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA ABÓBORA MADURA MELANCIA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CENOURA ANGÚ PÊRA	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE	ARROZ FEIJÃO QUIBE ASSADO COM CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE REPOLHO			
Lanche da Tarde	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	TORTA DE CHICÓRIA	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)
	1013	614g	127g	279g	330	19	451	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 Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerância à lactose usar leite Zero 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	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE (MINGAU)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
Almoço	FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM ABOBRINHA BANANA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BRÓCOLIS LARANJA	FEIJÃO ARROZ PERNIL COM BATATA SALSA SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM FRANGO DESFIADO E SOJA SALADA DE ALFACE			
Lanche da Tarde	SALADA DE FRUTAS Melancia, Pêra e manga	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	MILHO VERDE	VITAMINA DE ABACATE 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)
	954	589g	124g	252g	241	15	382	5
		62%	13%	26%				

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 Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerância à lactose usar leite Zero 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	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE (MINGAU)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
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			
Lanche da Tarde	SALADA DE FRUTAS Banana, laranja e maçã	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	QUIBE ASSADO	VITAMINA DE BANANA MELÃO (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)
	926	562g	120g	251g	302	32	394	5
		61%	13%	27%				

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista