

**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			
Café da Manhã	RECESSO	CARNAVAL	QUARTA – FEIRA DE CINZAS	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	LEITE COM CACAU BOLO			
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	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	LEITE COM CACAU BOLO			
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)			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO(g) 55% a 65 VET</b>	<b>PTN(g) 10% a 15% VET</b>	<b>LPD(g) 15% a 30% VET</b>	<b>Vit.A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	755	453g 60%	101g 13%	201g 27%	<b>175</b>	<b>14</b>	<b>304</b>	<b>4</b>

**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			
Café da Manhã	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	MINGAU DE CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE BANANA			
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			
Lanche da Tarde	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	MINGAU DE CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE BANANA			
Jantar	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			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO(g) 55% a 65 VET</b>	<b>PTN(g) 10% a 15% VET</b>	<b>LPD(g) 15% a 30% VET</b>	<b>Vit.A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	711	449g 63%	96g 14%	170g 24%	<b>243</b>	<b>17</b>	<b>267</b>	<b>4</b>

**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			
Café da Manhã	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	MINGAU DE CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE ABACATE			
Almoço	FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM ABOBRINHA BANANA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BRÓCOLIS	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALSA SALADA DE TOMATE MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM FRANGO DESFIADO E SOJA SALADA DE ALFACE			
Lanche da Tarde	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	MINGAU DE CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE ABACATE			
Jantar	FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM ABOBRINHA BANANA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BRÓCOLIS	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALSA SALADA DE TOMATE MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM FRANGO DESFIADO E SOJA SALADA DE ALFACE			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO(g)</b> 55% a 65 VET	<b>PTN(g)</b> 10% a 15% VET	<b>LPD(g)</b> 15% a 30% VET	<b>Vit.A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	690	432g 63%	92g 13%	171g 25%	<b>159</b>	<b>14</b>	<b>253</b>	<b>4</b>

**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			
Café da Manhã	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	MINGAU DE CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE BANANA			
Almoço	ARROZ FEIJÃO OVOS COM VAGEM	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA ABACAXI	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CHUCHU	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca) MELANCIA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E CENOURA			
Lanche da Tarde	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	MINGAU DE CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE BANANA			
Jantar	ARROZ FEIJÃO OVOS COM VAGEM	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA ABACAXI	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CHUCHU	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca) MELANCIA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E CENOURA			
Composição nutricional (Média semanal)	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO(g)</b> 55% a 65% VET	<b>PTN(g)</b> 10% a 15% VET	<b>LPD(g)</b> 15% a 30% VET	<b>Vit.A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	681	423g 62%	92g 14%	169g 25%	<b>198</b>	<b>23</b>	<b>260</b>	<b>4</b>

**Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista**