

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

MAIO 2025

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 05/05		3ª Feira 06/05		4ª Feira 07/05		5ª Feira 08/05		6ª Feira 09/05			
Café da Manhã		CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA		CHOCOLATE QUENTE (Mingau com cacau)		CAFÉ COM LEITE PÃO		LEITE COM CACAU BOLO		VITAMINA DE BANANA			
Almoço		ARROZ FEIJÃO VIRADO DE OVOS COM VAGEM (Farinha de milho)		ARROZ FEIJÃO PURÊ DE INHAME PERNIL COM SOJA		ARROZ FEIJÃO POLENTA COM FRANGO SALADA DE TOMATE E ACELGA GOIABA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM ABOBRINHA MELÃO		ARROZ FEIJÃO QUIBE ASSADO COM CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE REPOLHO			
Lanche da Tarde		CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA		CHOCOLATE QUENTE (Mingau com cacau)		CAFÉ COM LEITE PÃO		LEITE COM CACAU BOLO		VITAMINA DE BANANA			
Jantar		ARROZ FEIJÃO VIRADO DE OVOS COM VAGEM (Farinha de milho)		ARROZ FEIJÃO PURÊ DE INHAME PERNIL COM SOJA		ARROZ FEIJÃO POLENTA COM FRANGO SALADA DE TOMATE E ACELGA GOIABA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM ABOBRINHA MELÃO		ARROZ FEIJÃO QUIBE ASSADO COM CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE REPOLHO			
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)
		723	452g	96g	180g	213	37	266	4				
	63%		13%	25%									

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

MAIO 2025

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 12/05	3ª Feira 13/05	4ª Feira 14/05	5ª Feira 15/05	6ª Feira 16/05		
Café da Manhã		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE (Mingau com cacau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE MARACUJÁ		
Almoço		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA E SOJA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA BANANA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA COUVE PONKAN	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CHUCHU	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM TOMATE E SOJA SALADA DE ALFACE		
Lanche da Tarde		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE (Mingau com cacau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE MARACUJÁ		
Jantar		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA E SOJA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA BANANA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA COUVE PONKAN	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CHUCHU	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM TOMATE E SOJA SALADA DE ALFACE		
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)
	679	425g	93g	165g	197	64	257	4
		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 Parcial

Necessidades Especiais: Intolerantes à lactose usar Leite 0 lactose

MAIO 2025

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 19/05	3ª Feira 20/05	4ª Feira 21/05	5ª Feira 22/05	6ª Feira 23/05		
Café da Manhã		CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	CHOCOLATE QUENTE (Mingau com cacau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE BANANA		
Almoço		FEIJÃO MACARRONADA COM OVOS BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA ANGU MELANCIA	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE FRANGO ALFACE	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA BATATA SALSA MANGA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL REPOLHO REFOGADO (Farinha mandioca)		
Lanche da Tarde		CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	CHOCOLATE QUENTE (Mingau com cacau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE BANANA		
Jantar		FEIJÃO MACARRONADA COM OVOS BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA ANGU MELANCIA	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE FRANGO ALFACE	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA BATATA SALSA MANGA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL REPOLHO REFOGADO (Farinha mandioca)		
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				
		708	450g	93g				
		65%	13%	24%	143	14	168	4

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

MAIO 2025

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 26/05	3ª Feira 27/05	4ª Feira 28/05	5ª Feira 29/05	6ª Feira 30/05		
Café da Manhã		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE (Mingau com cacau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE ABACATE		
Almoço		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA BANANA	FEIJÃO MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM FRANGO E BRÓCOLIS	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA E CENOURA		
Lanche da Tarde		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE (Mingau com cacau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE ABACATE		
Jantar		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA BANANA	FEIJÃO MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM FRANGO E BRÓCOLIS	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA E CENOURA		
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) 173	Vit. C (mg) 16	Ca (mg) 249	Fe (mg) 4
		694	435g	92g				
			62%	13%	25%			

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista