

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 Rural / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerância à lactose usar leite Zero 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 CREAM CRACKER	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER		
Almoço		ARROZ FEIJÃO VIRADO DE OVOS COM VAGEM (Farinha de milho)	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE INHAME PERNIL COM SOJA MAMÃO	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM FRANGO SALADA DE TOMATE E ACELGA GOIABA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM ABOBRINHA	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	MILHO VERDE	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) 331	Vit. C (mg) 62	Ca (mg) 438	Fe (mg) 5
		647g	134g	278g				
		1047	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 Rural / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerância à lactose usar leite Zero 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	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER		
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	FEIJÃO ARROZ PERNIL COM TOMATE E SOJA SALADA DE ALFACE		
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS Mamão, goiaba e melão	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	PIPOCA LEITE COM CACAU	VITAMINA DE MARACUJÁ 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)
	969	581g	121g	276g	295	75	434	5
		60%	13%	28%				

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 Rural / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerância à lactose usar leite Zero 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 CREAM CRACKER	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER		
Almoço		FEIJÃO MACARRONADA COM OVOS BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA ANGU MELANCIA	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE FRANGO ALFACE PÊRA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA BATATA SALSA	ARROZ FEIJÃO FAROFÁ DE PERNIL REPOLHO REFOGADO (Farinha mandioca)		
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS Banana, ponkan e maçã	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	TORTA DE CHICÓRIA	VITAMINA DE BANANA MANGA (sobremesa)		
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				
	964	591g	119g	263g	215	26	416	5
	62%	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 Rural / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerância à lactose usar leite Zero 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	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER		
Almoço		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA BANANA	FEIJÃO MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM FRANGO E BRÓCOLIS PONKAN	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA E CENOURA		
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS Melancia, pêra e manga	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	QUIBE ASSADO	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)
	960	582g	122g	266g	239	62	396	5
		61%	13%	27%				

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista