

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 Integral

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 CREAM CRACKER		CHOCOLATE QUENTE (Mingau com cacau)		CAFÉ COM LEITE PÃO		LEITE COM CACAU BOLO		CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	
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		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		MAMÃO		GOIABA		MELÃO		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		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM ABOBRINHA		ARROZ FEIJÃO QUIBE ASSADO COM CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE REPOLHO	
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							
	1248	778g	174g	301g	294	43	403	7			
		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 Integral

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	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA		
Almoço		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA E SOJA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA COUVE	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CHUCHU	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM TOMATE E SOJA SALADA DE ALFACE		
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (mamão, goiaba, melão)	BANANA	PONKAN	MAÇÃ	VITAMINA DE MARACUJÁ		
Jantar		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA E SOJA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA COUVE	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)
	1119	707g	163g	253g	321	88	348	7
		63%	15%	22%				

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 Integral

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 CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE (Mingau com cacau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA		
Almoço		FEIJÃO MACARRONADA COM OVOS BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA ANGU	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE FRANGO ALFACE	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, maçã)	MELANCIA	PÊRA	MANGA	VITAMINA DE BANANA		
Jantar		FEIJÃO MACARRONADA COM OVOS BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA ANGU	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE FRANGO ALFACE	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA BATATA SALSA	ARROZ FEIJÃO FAROFÁ DE PERNIL REPOLHO REFOGADO (Farinha mandioca)		
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)
	1180	758g	165g	263g	189	29	369	7
		64%	14%	22%				

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 Integral

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		CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	
Almoço		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E ABOBRINHA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA		FEIJÃO MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM FRANGO E BRÓCOLIS		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA E CENOURA	
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (melancia, pêra, manga)		BANANA		PONKAN		MAÇÃ		VITAMINA DE ABACATE	
Jantar		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E ABOBRINHA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA		FEIJÃO MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM FRANGO E BRÓCOLIS		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA E CENOURA	
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							
	1078	687g	149g	247g	218	71	334	6			
		63%	14%	23%							

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista