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

JUNHO 2025

Tipo de Refeição Horário	2ª Feira 02/06	3ª Feira 03/06	4ª Feira 04/06	5ª Feira 05/06	6ª Feira 06/06			
Café da Manhã	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE (Mingau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
Almoço	ARROZ FEIJÃO SUFLE DE OVOS COM CHUCHU	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL (Farinha de milho) BETERRABA	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM TOMATE REFOGADOS E SOJA SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E VAGEM			
Lanche da Tarde	SALADA DE FRUTAS (banana, ponkan, maçã)	ABACAXI	MELANCIA	MELÃO	VITAMINA DE BANANA			
Jantar	ARROZ FEIJÃO SUFLE DE OVOS COM CHUCHU	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL (Farinha de milho) BETERRABA	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM TOMATE REFOGADOS E SOJA SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E VAGEM			
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)
		1183	730g 62%	168g 14%				

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

JUNHO 2025

Tipo de Refeição Horário	2ª Feira 09/06	3ª Feira 10/06	4ª Feira 11/06	5ª Feira 12/06	6ª Feira 13/06			
Café da Manhã	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE (Mingau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
Almoço	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA ABÓBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA REPOLHO REFOGADO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALSA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca)	ARROZ FEIJÃO TABULE DE FRANGO COM SOJA E CENOURA RALADA			
Lanche da Tarde	SALADA DE FRUTAS (melancia, abacaxi, melão)	BANANA	MAÇÃ	PONKAN	VITAMINA DE MARACUJÁ			
Jantar	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA ABÓBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA REPOLHO REFOGADO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALSA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca)	ARROZ FEIJÃO TABULE DE FRANGO COM SOJA E CENOURA RALADA			
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				
	1172	756g 65%	166g 14%	255g 22%	285	71	356	7

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

JUNHO 2025

Tipo de Refeição Horário	2ª Feira 16/06	3ª Feira 17/06	4ª Feira 18/06	5ª Feira 19/06	6ª Feira 20/06			
Café da Manhã	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE (Mingau)	LEITE COM CACAU BOLO	CORPUS CHRISTI	RECESSO			
Almoço	FEIJÃO MACARRONADA COM OVOS BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATA FRANGO	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM PERNIL E SOJA SALADA DE BRÓCOLIS	CORPUS CHRISTI	RECESSO			
Lanche da Tarde	SALADA DE FRUTAS (banana, ponkan, maçã)	CHOCOLATE QUENTE (Mingau)	LEITE COM CACAU BOLO	CORPUS CHRISTI	RECESSO			
Jantar	FEIJÃO MACARRONADA COM OVOS BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATA FRANGO	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM PERNIL E SOJA SALADA DE BRÓCOLIS	CORPUS CHRISTI	RECESSO			
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)
	1331	804g 61%	184g 14%	347g 26%	296	33	508	8

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

JUNHO 2025

Tipo de Refeição Horário	2ª Feira 23/06	3ª Feira 24/06	4ª Feira 25/06	5ª Feira 26/06	6ª Feira 27/06			
Café da Manhã	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE (Mingau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
Almoço	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E BATATA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CENOURA	FEIJÃO MACARRONADA DE FRANGO SALADA DE ALFACE E TOMATE	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA ABOBORA MADURA ANGU			
Lanche da Tarde	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	MELANCIA	PÊRA	MANGA	VITAMINA DE BANANA			
Jantar	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E BATATA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CENOURA	FEIJÃO MACARRONADA DE FRANGO SALADA DE ALFACE E TOMATE	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA ABOBORA MADURA ANGU			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 1175	CHO(g) 55% a 65 VET	PTN(g) 10% a 15% VET	LPD(g) 15% a 30% VET	Vit.A (mcg) 270	Vit. C (mg) 25	Ca (mg) 371	Fe (mg) 7
		742g 63%	168g 14%	270g 23%				

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista