

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRÊS CORAÇÕES – MG / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO

Cemei / 6 meses à 5 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerantes à lactose usar Leite 0 lactose

JULHO 2025

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 30/06	3ª Feira 01/07	4ª Feira 02/07	5ª Feira 03/07	6ª Feira 04/07		
Café da Manhã		LEITE BISCOITO DE POLVILHO	LEITE COM CACAU PÃO FRANCÊS	LEITE TORRADINHAS	LEITE COM CACAU BOLO SIMPLES SEM AÇÚCAR	LEITE BISCOITO DE POLVILHO		
Almoço		ARROZ FEIJÃO VIRADO DE OVOS COM VAGEM (Farinha de milho)	ARROZ FEIJÃO ESCONDIDINHO DE MANDIOCA COM FRANGO	ARROZ FEIJÃO FEIJOADA COM PERNIL E SOJA COUVE REFOGADA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BRÓCOLLIS	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM SOJA BATATA DOCE		
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (Melancia,pêra,manga)	MAMÃO	GOIABA	MILHO VERDE	MELÃO		
Jantar		ARROZ FEIJÃO VIRADO DE OVOS COM VAGEM (Farinha de milho)	ARROZ FEIJÃO ESCONDIDINHO DE MANDIOCA COM FRANGO	ARROZ FEIJÃO FEIJOADA COM PERNIL E SOJA COUVE REFOGADA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BRÓCOLLIS	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM SOJA BATATA DOCE		
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)
	952	563g	153g	238g	4812	74	299	5
		59%	16%	25%				

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRÊS CORAÇÕES – MG / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO

Cemei / 6 meses à 5 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerantes à lactose usar Leite 0 lactose

JULHO 2025

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 07/07		3ª Feira 08/07		4ª Feira 09/07		5ª Feira 10/07		6ª Feira 11/07	
Café da Manhã		LEITE BISCOITO DE POLVILHO		LEITE COM CACAU BOLO DE FUBÁ SEM AÇÚCAR		LEITE PÃO FRANCÊS		LEITE COM CACAU TORRADINHAS		LEITE BISCOITO DE POLVILHO	
Almoço		FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA		ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL COM SOJA E REPOLHO (Farinha de mandioca) BANANA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CHUCHU SALADA DE TOMATE PONKAN		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CENOURA CANJQUINHA		ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE FRANGO SALADA DE ALFACE	
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (Mamão,goiaba,melão)		LEITE COM CACAU BOLO DE FUBÁ SEM AÇÚCAR		PÃO COM PERNIL		CANJICADA		PIPOCA MAÇÃ	
Jantar		FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA		ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL COM SOJA E REPOLHO (Farinha de mandioca)		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CHUCHU SALADA DE TOMATE		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CENOURA CANJQUINHA		ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE FRANGO SALADA DE ALFACE	
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							
	1075	628g	166g	283g	5787	74	380	6			
		58%	15%	27%							

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRÊS CORAÇÕES – MG / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO

Cemei / 6 meses à 5 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerantes à lactose usar Leite 0 lactose

JULHO 2025

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 14/07	3ª Feira 15/07	4ª Feira 16/07	5ª Feira 17/07	6ª Feira 18/07		
Café da Manhã		LEITE BISCOITO DE POLVILHO	LEITE COM CACAU PÃO FRANCÊS	LEITE TORRADINHAS	LEITE COM CACAU BOLO SIMPLES SEM AÇÚCAR	LEITE BISCOITO DE POLVILHO		
Almoço		ARROZ FEIJÃO SALADA DE OVOS COM BATATA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA ABOBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM PERNIL	ARROZ FEIJÃO QUIBE ASSADO CARNE MOÍDA COM SOJA	FEIJÃO MACARRONADA DE FRANGO E SOJA		
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (Mamão,goiaba,melão)	LEITE BISCOITO DE POLVILHO	LEITE BISCOITO DE POLVILHO	LEITE COM CACAU BOLO SIMPLES SEM AÇÚCAR	LEITE BISCOITO DE POLVILHO		
Jantar		ARROZ FEIJÃO SALADA DE OVOS COM BATATA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA ABOBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM PERNIL	ARROZ FEIJÃO QUIBE ASSADO CARNE MOÍDA COM SOJA	FEIJÃO MACARRONADA DE FRANGO E SOJA		
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) 5325	Vit. C (mg) 72	Ca (mg) 319	Fe (mg) 5
		605g	153g	252g				
		60%	15%	25%				

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista