

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

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	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 ESCONDIDINHO DE MANDIOCA COM FRANGO MAMÃO	ARROZ FEIJÃO FEIJOADA COM PERNIL E SOJA COUVE REFOGADA GOIABA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BRÓCOLIS	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM SOJA BATATA DOCE			
Lanche da Tarde	SALADA DE FRUTAS Melancia, Manga e Pêra	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	MILHO VERDE	VITAMINA DE ABACATE 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)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	1016	634g	129g	266g	700	66	415	5
		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

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

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	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	LEITE COM CACAU BOLO DE FUBÁ	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
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 CANJIQUINHA	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA DE ALFACE MAÇÃ			
Lanche da Tarde	SALADA DE FRUTAS Mamão, goiaba e melão	LEITE COM CACAU BOLO DE FUBÁ	PÃO COM PERNIL	CANJICADA	VITAMINA DE MARACUJÁ PIPOCA			
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)
	925	559g 61%	121g 13%	253g 27%	1224	47	378	5

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

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		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	LEITE COM CACAU BOLACHA CREAM CRACKER	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA		
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 Banana, ponkan e maçã	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	LEITE COM CACAU BOLACHA CREAM CRACKER	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA		
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)
	902	540g 60%	121g 13%	243g 27%	179	17	416	5

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista