

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 Zero Lactose

AGOSTO 2025

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 04/08	3ª Feira 05/08	4ª Feira 06/08	5ª Feira 07/08	6ª Feira 09/08		
Café da Manhã		LEITE BISCOITO POLVILHO	LEITE COM CACAU PÃO FRANCÊS	LEITE TORRADINHAS	LEITE COM CACAU BOLO SEM AÇÚCAR	LEITE BISCOITO POLVILHO		
Almoço		ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM VAGEM	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATA DOCE PERNIL COM SOJA ACELGA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIOCA		
Lanche da Tarde		LEITE BISCOITO POLVILHO	MELANCIA	ABACAXI	MILHO VERDE	MANGA		
Jantar		ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM VAGEM	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATA DOCE PERNIL COM SOJA ACELGA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIOCA		
Composição nutricional (Média semanal)		CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)				
		55% a 65% VET	10% a 15% VET	15% a 30% VET				
	1063	156 g	38 g	32 g				
		59%	14%	27%	139	26	336	5

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 Zero Lactose

AGOSTO 2025

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 11/08	3ª Feira 12/08	4ª Feira 13/08	5ª Feira 14/08	6ª Feira 15/08	
Café da Manhã		LEITE BISCOITO POLVILHO	LEITE COM CACAU PÃO FRANCÊS	LEITE TORRADINHAS	LEITE COM CACAU BOLO SEM AÇÚCAR	LEITE BISCOITO POLVILHO	
Almoço		ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO COM BATATA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca)	ARROZ FEIJÃO QUIBE ASSADO COM CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE FRANGO E SOJA SALADA DE PEPINO	
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (Melancia, abacaxi e manga)	BANANA	PONKAN	LEITE COM CACAU BOLO SEM AÇÚCAR	MAÇÃ	
Jantar		ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO COM BATATA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca)	ARROZ FEIJÃO QUIBE ASSADO COM CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE FRANGO E SOJA SALADA DE PEPINO	
Composição nutricional (Média semanal)		CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)			
	Energia (Kcal)	55% a 65% VET	10% a 15% VET	15% a 30% VET	Vit.A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)
	1051	156g	38g	31g	134	73	322
	59%	14%	27%	5			

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 Zero Lactose

AGOSTO 2025

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 18/08		3ª Feira 19/08		4ª Feira 20/08		5ª Feira 21/08		6ª Feira 22/08	
Café da Manhã		LEITE BISCOITO POLVILHO		LEITE COM CACAU PÃO FRANCÊS		LEITE TORRADINHAS		LEITE COM CACAU BOLO SEM AÇÚCAR		LEITE BISCOITO POLVILHO	
Almoço		FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM REPOLHO E SOJA		ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE FRANGO ALFACE E TOMATE		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA	
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (banana, ponkan e maçã)		MAMÃO		GOIABA		QUIBE ASSADO		MELÃO	
Jantar		FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM REPOLHO E SOJA		ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE FRANGO ALFACE E TOMATE		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA	
Composição nutricional (Média semanal)			CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)						
			55% a 65% VET	10% a 15% VET	15% a 30% VET						
	Energia (Kcal)										
	980		142g	38g	29g						
			58%	15%	27%	111		67	299	5	

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 Zero Lactose

AGOSTO 2025

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 25/08	3ª Feira 26/08	4ª Feira 27/08	5ª Feira 28/08	6ª Feira 29/08	
Café da Manhã		LEITE BISCOITO POLVILHO	LEITE COM CACAU PÃO FRANCÊS	LEITE TORRADINHAS	LEITE COM CACAU BOLO SEM AÇÚCAR	LEITE BISCOITO POLVILHO	
Almoço		ARROZ FEIJÃO VIRADO DE OVOS COM CENOURA (Farinha de milho)	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA ANGU	FEIJÃO MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM FRANGO E BRÓCOLIS	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA BATATA SALSA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CHUCHU	
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (mamão, goiaba, melão)	BANANA	LARANJA	TORTA DE FRANGO COM ESPINAFRE	MAÇÃ	
Jantar		ARROZ FEIJÃO VIRADO DE OVOS COM CENOURA (Farinha de milho)	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA ANGU	FEIJÃO MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM FRANGO E BRÓCOLIS	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA BATATA SALSA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CHUCHU	
Composição nutricional (Média semanal)		CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)			
	Energia (Kcal)	55% a 65% VET	10% a 15% VET	15% a 30% VET	Vit.A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)
	1030	147g	39g	32g	125	46	300
		57%	15%	28%			

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista