

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 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		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER		CHOCOLATE QUENTE (Mingau com cacau)		CAFÉ COM LEITE PÃO		LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	
Almoço		ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA BETERRABA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA MELANCIA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM VAGEM ABACAXI		ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATA DOCE PERNIL COM SOJA ACELGA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIOCA	
Lanche da Tarde		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER		LEITE COM CACAU BOLO		CAFÉ COM LEITE PÃO		MILHO VERDE		VITAMINA DE BANANA MANGA	
Composição nutricional (Média semanal)			CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)						
			55% a 65%	10% a 15%	15% a 30%						
			VET	VET	VET						
		1025	160g	32g	30g						
			62%	12%	26%						

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 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		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER		CHOCOLATE QUENTE (Mingau com cacau)		CAFÉ COM LEITE PÃO		LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	
Almoço		ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM ABOBRINHA		ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO COM BATATA BANANA		ARROZ FEIJOADA COM PERNIL FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca) PONKAN		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)		LEITE COM CACAU BOLO		CAFÉ COM LEITE PÃO		LEITE COM CACAU PIPOCA		VITAMINA DE ABACATE MAÇÃ	
Composição nutricional (Média semanal)			CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)						
			55% a 65% VET	10% a 15% VET	15% a 30% VET			Vit.A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	Energia (Kcal)										
	971		148g	30g	30g						
			61%	12%	27%	184		67		425	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 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		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER		CHOCOLATE QUENTE (Mingau com cacau)		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 FRANGO COM CENOURA MAMÃO		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM REPOLHO E SOJA GOIABA		ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE E TOMATE		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA			
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (banana, ponkan e maçã)		LEITE COM CACAU BOLO		CAFÉ COM LEITE PÃO		QUIBE ASSADO		VITAMINA DE BANANA MELÃO			
Composição nutricional (Média semanal)			CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Vit.A (mcg)		Vit. C (mg)		Ca (mg)		Fe (mg)	
	Energia (Kcal)		55% a 65% VET	10% a 15% VET	15% a 30% VET								
	908		137g	30g	28g	165		55		391		5	
		60%	13%	27%									

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 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		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER		CHOCOLATE QUENTE (Mingau com cacau)		CAFÉ COM LEITE PÃO		LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	
Almoço		ARROZ FEIJÃO VIRADO DE OVOS COM CENOURA (Farinha de milho)		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA ANGÚ BANANA		FEIJÃO MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM FRANGO E BRÓCOLIS LARANJA		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA BATATA SALSA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CHUCHU	
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (mamão, goiaba, melão)		LEITE COM CACAU BOLO		CAFÉ COM LEITE PÃO		TORTA DE FRANGO COM ESPINAFRE		VITAMINA DE MARACUJÁ MAÇÃ	
Composição nutricional (Média semanal)			CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Vit.A (mcg)		Vit. C (mg)		Ca (mg)	Fe (mg)
	Energia (Kcal)		55% a 65% VET	10% a 15% VET	15% a 30% VET						
	953		142g	31g	30g	176		41		401	5
		59%	13%	28%							

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista