

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 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	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA		
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		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	MELANCIA	ABACAXI	MANGA	VITAMINA DE BANANA		
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)	Vit.A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	Energia (Kcal)	55% a 65% VET	10% a 15% VET	15% a 30% VET				
	1227	195g	42g	31g	149	30	401	7
	63%	14%	23%					

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 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	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA		
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	MAÇÃ	VITAMINA DE ABACATE		
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)	Fe (mg)
	1175	186g	41g	30g	129	78	350	7
	63%	14%	23%					

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 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		CAFÉ COM LEITE PÃO		LEITE COM CACAU BOLO		CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	
Almoço		FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM REPOLHO E SOJA		ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE E TOMATE		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA	
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (banana, ponkan e maçã)		MAMÃO		GOIABA		MAÇÃ		VITAMINA DE BANANA	
Jantar		FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM REPOLHO E SOJA		ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE 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						
	1119		176g	41g	29g						
			63%	14%	23%	125		78	361	6	

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 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	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA		
Almoço		ARROZ FEIJÃO VIRADO DE OVOS COM CENOURA (Farinha de milho)	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA ANGÚ	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	MAÇÃ	VITAMINA DE MARACUJÁ		
Jantar		ARROZ FEIJÃO VIRADO DE OVOS COM CENOURA (Farinha de milho)	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA ANGÚ	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)	Fe (mg)
	1150	181g	40g	30g	129	49	351	7
	63%	14%	23%					

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista