

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

SETEMBRO 2025

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 01/09	3ª Feira 02/09	4ª Feira 03/09	5ª Feira 04/09	6ª Feira 05/09		
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 MOIDA COM ABOBRINHA E SOJA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA	ARROZ FEIJÃO TABULE DE FRANGO COM PEPINO E SOJA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL COM REPOLHO SALADA DE TOMATE (Farinha de milho)	FEIJÃO MACARRONADA FRANGO ASSADO ALFACE		
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (banana, laranja e maçã)	MELANCIA	PÊRA	LEITE COM CACAU BOLO SEM AÇÚCAR	MANGA		
Jantar		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM ABOBRINHA E SOJA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA	ARROZ FEIJÃO TABULE DE FRANGO COM PEPINO E SOJA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL COM REPOLHO SALADA DE TOMATE (Farinha de milho)	FEIJÃO MACARRONADA FRANGO ASSADO ALFACE		
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)
	1075	161g	40g	31g	118	40	320	6
	60%	15%	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 Zero Lactose

SETEMBRO 2025

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 08/09	3ª Feira 09/09	4ª Feira 10/09	5ª Feira 11/09	6ª Feira 12/09	
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 SALADA DE OVOS COM BATATA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA ABÓBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALSA E SOJA	FEIJÃO ARROZ CARNE MOÍDA COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA E VAGEM ANGÚ	
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (pêra, manga e melancia)	BANANA	LARANJA	TORTA DE FRANGO COM CHICÓRIA	MAÇÃ	
Jantar		ARROZ FEIJÃO SALADA DE OVOS COM BATATA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA ABÓBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALSA E SOJA	FEIJÃO ARROZ CARNE MOÍDA COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA E VAGEM ANGÚ	
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)
	1010	148g	38g	30g	119	37	286
	58%	15%	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

SETEMBRO 2025

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 15/09	3ª Feira 16/09	4ª Feira 17/09	5ª Feira 18/09	6ª Feira 19/09		
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	FEIJÃO ARROZ PURÊ DE INHAME COM PERNIL	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA E BRÓCOLIS	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM PERNIL DESMIADO TOMATE	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE		
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (banana, laranja e maçã)	ABACAXI	MELANCIA	MILHO VERDE	MELÃO		
Jantar		FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA	FEIJÃO ARROZ PURÊ DE INHAME COM PERNIL	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA E BRÓCOLIS	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM PERNIL DESMIADO TOMATE	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE		
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				
	1042	152g	40g	31g	131	54	329	5
	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 Zero Lactose

SETEMBRO 2025

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 22/09		3ª Feira 23/09		4ª Feira 24/09		5ª Feira 25/09		6ª Feira 26/09	
Café da Manhã		RECESSO		FERIADO		LEITE COM CACAU PÃO FRANCÊS		LEITE TORRADINHAS		LEITE COM CACAU BOLO SEM AÇÚCAR	
Almoço		RECESSO		FERIADO		ARROZ FEIJÃO OVOS COM CHUCHU		ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca)		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E CENOURA	
Lanche da Tarde		RECESSO		FERIADO		BANANA		QUIBE ASSADO		LARANJA	
Jantar		RECESSO		FERIADO		ARROZ FEIJÃO OVOS COM CHUCHU		ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca)		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E CENOURA	
Composição nutricional (Média semanal)			CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)						
			55% a 65 VET	10% a 15% VET	15% a 30% VET						
	1026		150g	39g	30g						
			58%	15%	27%	128		64	313	6	

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista