

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 Parcial

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	
Almoço		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM ABOBRINHA E SOJA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA MELANCIA		ARROZ FEIJÃO TABULE DE FRANGO COM PEPINO E SOJA		ARROZ FEIJÃO FAROFÁ DE PERNIL REPOLHO SALADA DE TOMATE (Farinha de milho) MANGA		FEIJÃO MACARRONADA FRANGO ASSADO ALFACE	
Composição nutricional (Média semanal)			CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Vit.A (mcg)		Vit. C (mg)		Ca (mg)	Fe (mg)
			55% a 65 VET	10% a 15% VET	15% a 30% VET						
	Energia (Kcal)		73g	17g	9g						
436		66%	15%	19%	1		29		55	3	

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 Parcial

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			
Almoço		ARROZ FEIJÃO SALADA DE OVOS COM BATATA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA ABÓBORA MADURA BANANA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALSA E SOJA		FEIJÃO ARROZ CARNE MOÍDA COM CENOURA MAÇÃ		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA E VAGEM ANGU			
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								
	417		70g	16g	8g	9		11		49		3	
		67%	15%	18%									

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 Parcial

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	
Almoço		FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA		FEIJÃO ARROZ PURÊ DE INHAME COM PERNIL ABACAXI		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA E BRÓCOLIS MELANCIA		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						
	408		64g	17g	10g	16		15		79	3
		63%	15%	22%							

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 Parcial

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			
Almoço		RECESSO		FERIADO		ARROZ FEIJÃO OVOS COM CHUCHU BANANA		ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFÁ DE COUVE (Farinha de mandioca) LARANJA		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E CENOURA			
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								
	445		75g	17g	9g	13		55		77		3	
		67%	15%	18%									

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista