

**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			
Café da Manhã	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE BANANA			
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 FAROFA DE PERNIL COM REPOLHO SALADA DE TOMATE (Farinha de milho) MANGA	FEIJÃO MACARRONADA FRANGO ASSADO ALFACE			
Lanche da Tarde	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE BANANA			
Jantar	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 FAROFA DE PERNIL COM REPOLHO SALADA DE TOMATE (Farinha de milho) MANGA	FEIJÃO MACARRONADA FRANGO ASSADO ALFACE			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO(g)</b> 55% a 65 VET	<b>PTN(g)</b> 10% a 15% VET	<b>LPD(g)</b> 15% a 30% VET	<b>Vit.A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	708	112g 63%	24g 13%	19g 24%	<b>96</b>	<b>30</b>	<b>253</b>	<b>4</b>

**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			
Café da Manhã	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	CHOCOLATE QUENTE	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE ABACATE			
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			
Lanche da Tarde	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	CHOCOLATE QUENTE	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE ABACATE			
Jantar	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			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO(g)</b> 55% a 65 VET	<b>PTN(g)</b> 10% a 15% VET	<b>LPD(g)</b> 15% a 30% VET	<b>Vit.A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	693	109g	23g	19g	<b>104</b>	<b>12</b>	<b>249</b>	<b>4</b>
		63%	13%	24%				

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			
Café da Manhã	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE BANANA			
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			
Lanche da Tarde	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE BANANA			
Jantar	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			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO(g)</b> 55% a 65 VET	<b>PTN(g)</b> 10% a 15% VET	<b>LPD(g)</b> 15% a 30% VET	<b>Vit.A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	680	103g	23g	20g	<b>112</b>	<b>16</b>	<b>278</b>	<b>4</b>
		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**

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			
Café da Manhã	RECESSO	FERIADO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	CHOCOLATE QUENTE	VITAMINA DE MARACUJÁ			
Almoço	RECESSO	FERIADO	ARROZ FEIJÃO OVOS COM CHUCHU BANANA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca) LARANJA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E CENOURA			
Lanche da Tarde	RECESSO	FERIADO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	CHOCOLATE QUENTE	VITAMINA DE MARACUJÁ			
Jantar	RECESSO	FERIADO	ARROZ FEIJÃO OVOS COM CHUCHU BANANA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca) LARANJA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E CENOURA			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO(g) 55% a 65 VET</b>	<b>PTN(g) 10% a 15% VET</b>	<b>LPD(g) 15% a 30% VET</b>	<b>Vit.A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	662	109g	23g	16g	95	57	263	4
		65%	14%	21%				

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista