

**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

**DEZEMBRO 2025**

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 01/12		3ª Feira 02/12		4ª Feira 03/12		5ª Feira 04/12		6ª Feira 05/12			
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 MOÍDA COM BATATA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM BATATA SALSA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM ABOBRINHA ANGU		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA SALADA DE BETERRABA			
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (banana, laranja e maçã)		MELANCIA		PÊRA		QUIBE ASSADO		MANGA			
Jantar		ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM BATATA SALSA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM ABOBRINHA ANGU		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA SALADA DE BETERRABA			
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								
	968		141g	37g	29g	100		24		266		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

**DEZEMBRO 2025**

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 08/12		3ª Feira 09/12		4ª Feira 10/12		5ª Feira 11/12		6ª Feira 12/12	
Café da Manhã		LEITE BISCOITO POLVILHO		LEITE COM CACAU PÃO FRANCÊS		LEITE TORRADINHAS		LEITE COM CACAU BISCOITO POLVILHO		LEITE BISCOITO POLVILHO	
Almoço		ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM SOJA		ARROZ FEIJÃO FAROFA DE FRANGO (Farinha de milho)		ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE FRANGO		ARROZ FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE CARNE MOIDA		ARROZ TEMPERADO COM FRANGO FEIJÃO	
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (melancia, pêra e manga)		LEITE BISCOITO POLVILHO		LEITE BISCOITO POLVILHO		LEITE COM CACAU BISCOITO POLVILHO		LEITE BISCOITO POLVILHO	
Jantar		ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM SOJA		ARROZ FEIJÃO FAROFA DE FRANGO (Farinha de milho)		ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE FRANGO		ARROZ FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE CARNE MOIDA		ARROZ TEMPERADO COM FRANGO FEIJÃO	
Composição nutricional (Média semanal)			CHO(g) 55% a 65 VET	PTN(g) 10% a 15% VET	LPD(g) 15% a 30% VET	Vit.A (mcg)		Vit. C (mg)		Ca (mg)	Fe (mg)
	Energia (Kcal)		1221	168g	42g	196		6		431	5
			55%	14%	31%						

**Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista**