

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRÊS CORAÇÕES – MG / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO**

Etapa de Ensino Ed. Infantil e Fundamental / Faixa de Idade 4 a 14 anos / Zona Rural / 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		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER		LEITE COM CACAU BOLO		CAFÉ COM LEITE PÃO		LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	
Almoço		ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA MELANCIA		ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA SALSA PERA		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)		LEITE COM CACAU BOLO		CAFÉ COM LEITE PÃO		QUIBE ASSADO		VITAMINA DE BANANA MANGA	
Composição nutricional (Média semanal)			CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)						
			55% a 65 VET	10% a 15% VET	15% a 30% VET			Vit.A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	918		140g	30g	27g	159		22	379	5	
		61%	13%	26%							

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

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRÊS CORAÇÕES – MG / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO**

Etapa de Ensino Ed. Infantil e Fundamental / Faixa de Idade 4 a 14 anos / Zona Rural / 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		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER		LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER		LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	
Almoço		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA		ARROZ FEIJÃO FAROFA DE FRANGO (Farinha de milho)		ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO		ARROZ FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE CARNE MOIDA		ARROZ TEMPERADO COM FRANGO FEIJÃO	
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (melancia, pera e manga)		LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER		LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	
Composição nutricional (Média semanal)			CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)						
			55% a 65 VET	10% a 15% VET	15% a 30% VET			Vit.A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	Energia (Kcal)		135g	29g	26g						
893		60%	13%	27%	154		6	415	4		

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