

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	QUIIBE ASSADO	VITAMINA DE BANANA MANGA			
Composição nutricional (Média semanal)	Energy (Kcal)	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)
	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 ESTROGONOFÉ 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)	Energia (Kcal)		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)
	893		135g	29g	26g	154	6	415	4
			60%	13%	27%				

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista