

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

FEVEREIRO 2026

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 02/02		3ª Feira 03/02		4ª Feira 04/02		5ª Feira 05/02		6ª Feira 06/02	
Almoço						FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOÍDA E SOJA BANANA		ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO COM BATATAS		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E REPOLHO SALADA DE TOMATE	
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)	
	418	267g	70g	86g	30		19		48	3	
		63%	17%	21%							

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

FEVEREIRO 2026

Tipo de Refeição Horário	2ª Feira 09/02		3ª Feira 10/02		4ª Feira 11/02		5ª Feira 12/02		6ª Feira 13/02	
Almoço	ARROZ FEIJÃO FAROFÁ DE OVOS COM ABOBRINHA (Farinha de milho)		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA MELANCIA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BROCÓLIS MANGA		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM BATATA DOCE E SOJA ALFACE		ARROZ FEIJÃO TABULE DE FRANGO E SOJA SALADA DE PEPINO	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 445	CHO(g) 55% a 65% VET	PTN(g) 10% a 15% VET	LPD(g) 15% a 30% VET	Vit.A (mcg) 494	Vit. C (mg) 17	Ca (mg) 61	Fe (mg) 3		
		305g	67g	74g						
		68%	15%	17%						

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

FEVEREIRO 2026

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 16/02		3ª Feira 17/02		4ª Feira 18/02		5ª Feira 19/02		6ª Feira 20/02			
Almoço		RECESSO		CARNAVAL		QUARTA – FEIRA DE CINZAS		FEIJÃO MACARRONADA DE CARNE MOÍDA E SOJA SALADA DE BETERRABA		ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE FRANGO ALFACE E TOMATE			
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)
	565	346g		105g		116g		83		9		110	5
		62%		18%		20%							

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

FEVEREIRO 2026

Tipo de Refeição Horário	2ª Feira 23/02		3ª Feira 24/02		4ª Feira 25/02		5ª Feira 26/02		6ª Feira 27/02	
Almoço	ARROZ FEIJÃO OMELETE COM CENOURA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABOBORA MADURA ANGÚ BANANA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALSA MAÇÃ		ARROZ FEIJÃO FEIJADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca)		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CHUCHU	
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)
	426	283g	65g	79g	91		14		57	3
		66%	15%	19%						

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista