

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 Integral

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		
Café da Manhã				CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA		
Almoço				FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOÍDA E SOJA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO COM BATATAS	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E REPOLHO SALADA DE TOMATE		
Lanche da Tarde				BANANA	MAÇÃ	VITAMINA DE MARACUJÁ		
Jantar				FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOÍDA E SOJA	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)
	1165	710g	175g	287g	164	32	361	8
		61%	15%	25%				

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 Integral

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		
Café da Manhã		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE (MINGAU COM CACAU)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA		
Almoço		ARROZ FEIJÃO FAROFA DE OVOS COM ABOBRINHA (Farinha de milho)	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BROCÓLIS	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM BATATA DOCE E SOJA ALFACE	ARROZ FEIJÃO TABULE DE FRANGO E SOJA SALADA DE PEPINO		
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (banana, laranja e maçã)	MELANCIA	ABACAXI	MANGA	VITAMINA DE BANANA		
Jantar		ARROZ FEIJÃO FAROFA DE OVOS COM ABOBRINHA (Farinha de milho)	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BROCÓLIS	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)	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)
	1199	786g	166g	254g	1086	37	358	7
		65%	14%	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 Integral

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			
Café da Manhã		RECESSO		CARNAVAL		QUARTA – FEIRA DE CINZAS		CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA		LEITE COM CACAU BOLO			
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			
Lanche da Tarde		RECESSO		CARNAVAL		QUARTA – FEIRA DE CINZAS		CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA		LEITE COM CACAU BOLO			
Jantar		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)
	1370	803g		200g		366g		315	18	602	9		
		59%		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

Ed. Infantil e Fundamental I e II/ 4 anos a 14 anos / Zona Urbana / Período Integral

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	
Café da Manhã		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER		CHOCOLATE QUENTE (MINGAU COM CACAU)		CAFÉ COM LEITE PÃO		LEITE COM CACAU BOLO		CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	
Almoço		ARROZ FEIJÃO OMELETE COM CENOURA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABOBORA MADURA ANGÚ		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALSA		ARROZ FEIJÃO FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca)		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CHUCHU	
Lanche da Tarde		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER		BANANA		LARANJA		MAÇÃ		VITAMINA DE ABACATE	
Jantar		ARROZ FEIJÃO OMELETE COM CENOURA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABOBORA MADURA ANGÚ		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALSA		ARROZ FEIJÃO FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca)		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CHUCHU	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Vit.A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)			
		55% a 65 VET	10% a 15% VET	15% a 30% VET							
		1214	762g	168g							
		63%	14%	24%	309	45	394	7			

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista