

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 Rural / 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 BANANA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E REPOLHO SALADA DE TOMATE		
Lanche da Tarde				PIPOCA LEITE COM CACAU	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE MARACUJÁ MAÇÃ		
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)
	1333	783g	192g	364g	218	32	504	8
		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 Rural / 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	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER		
Almoço		ARROZ FEIJÃO FAROFÁ DE OVOS COM ABOBRINHA (Farinha de milho)	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BROCÓLIS MELANCIA	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)	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	TORTA DE ESPINAFRE ABACAXI	VITAMINA DE BANANA MANGA (fruta in natura)		
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	1154	37	466	8
		1386	879g	184g				
		64%	13%	24%				

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 Rural / 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	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE BOLO		
Almoço		RECESSO	CARNAVAL	QUARTA – FEIRA DE CINZAS	FEIJÃO MACARRONADA DE CARNE MOÍDA E SOJA SALADA DE BETERRABA	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE E TOMATE		
Lanche da Tarde		RECESSO	CARNAVAL	QUARTA – FEIRA DE CINZAS	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE BOLO		
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)
	1391	816g	203g	373g	315	18	607	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 Rural / 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	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER		
Almoço		ARROZ FEIJÃO OMELETE COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABOBORA MADURA ANGÚ	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALSA BANANA	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	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	QUIBE ASSADO COM CARNE MOIDA E SOJA LARANJA	VITAMINA DE ABACATE MAÇÃ (fruta in natura)		
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)
	1380	845g	189g	353g	355	45	484	8
		61%	14%	25%				

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista