

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

CARDÁPIO

Cemei / 6 meses à 5 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerantes à lactose usar leite Zero lactose

MAIO 2026

Tipo de Refeição Horário	2ª Feira 04/05	3ª Feira 05/05	4ª Feira 06/05	5ª Feira 07/05	6ª Feira 08/05		
Café da Manhã	LEITE BISCOITO POLVILHO	LEITE COM CACAU PÃO FRANCÊS	LEITE TORRADINHAS	LEITE COM CACAU BOLO SEM AÇÚCAR	LEITE BISCOITO POLVILHO		
Almoço	ARROZ FEIJÃO VIRADO DE OVOS COM VAGEM (Farinha de milho)	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO COM BATATAS	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM FRANGO SALADA DE TOMATE E ACELGA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO QUIBE ASSADO COM CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE REPOLHO		
Lanche da Tarde	MELÃO	BANANA	PONKAN	MILHO VERDE	MAÇÃ		
Jantar	ARROZ FEIJÃO VIRADO DE OVOS COM VAGEM (Farinha de milho)	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO COM BATATAS	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM FRANGO SALADA DE TOMATE E ACELGA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO QUIBE ASSADO COM CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE REPOLHO		
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. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	1018	614g 60%	153g 15%	259g 25%	62	300	6

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista

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

CARDÁPIO

Cemei / 6 meses à 5 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerantes à lactose usar leite Zero lactose

MAIO 2026

Tipo de Refeição Horário	2ª Feira 11/05	3ª Feira 12/05	4ª Feira 13/05	5ª Feira 14/05	6ª Feira 15/05		
Café da Manhã	LEITE BISCOITO POLVILHO	LEITE COM CACAU PÃO FRANCÊS	LEITE TORRADINHAS	LEITE COM CACAU BOLO SEM AÇÚCAR	LEITE BISCOITO POLVILHO		
Almoço	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA E SOJA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA SALADA DE TOMATE COUVE	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CHUCHU E SOJA	FEIJÃO ARROZ PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE ALFACE		
Lanche da Tarde	SALADA DE FRUTAS (banana, ponkan e maçã)	MELANCIA	ABACAXI	LEITE COM CACAU BOLO SEM AÇÚCAR	MANGA		
Jantar	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA E SOJA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA SALADA DE TOMATE COUVE	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CHUCHU E SOJA	FEIJÃO ARROZ PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE ALFACE		
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. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	966	555g	157g	255g	48	326	5
		57%	16%	26%			

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista

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

CARDÁPIO

Cemei / 6 meses à 5 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerantes à lactose usar leite Zero lactose

MAIO 2026

Tipo de Refeição Horário	2ª Feira 18/05	3ª Feira 19/05	4ª Feira 20/05	5ª Feira 21/05	6ª Feira 22/05		
Café da Manhã	LEITE BISCOITO POLVILHO	LEITE COM CACAU PÃO FRANCÊS	LEITE TORRADINHAS	LEITE COM CACAU BOLO SEM AÇÚCAR	LEITE BISCOITO POLVILHO		
Almoço	FEIJÃO MACARRONADA COM OVOS BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA ANGU	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA BATATA SALSA	ARROZ FEIJÃO FAROFSA DE PERNIL REPOLHO REFOGADO (Farinha mandioca)		
Lanche da Tarde	SALADA DE FRUTAS (melancia, abacaxi e manga)	BANANA	PONKAN	TORTA DE CHICÓRIA	MAÇÃ		
Jantar	FEIJÃO MACARRONADA COM OVOS BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA ANGU	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA BATATA SALSA	ARROZ FEIJÃO FAROFSA DE PERNIL REPOLHO REFOGADO (Farinha mandioca)		
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. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	1005	596g	150g	262g	60	321	5
		59%	15%	26%			

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista

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

CARDÁPIO

Cemei / 6 meses à 5 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerantes à lactose usar leite Zero lactose

MAIO 2026

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 25/05	3ª Feira 26/05	4ª Feira 27/05	5ª Feira 28/05	6ª Feira 29/05	
Café da Manhã		LEITE BISCOITO POLVILHO	LEITE COM CACAU PÃO FRANCÊS	LEITE TORRADINHAS	LEITE COM CACAU BOLO SEM AÇÚCAR	LEITE BISCOITO POLVILHO	
Almoço		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E VAGEM	FEIJÃO ARROZ PERNIL COM MANDIOCA	FEIJÃO MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM FRANGO E BRÓCOLIS	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO COM BATATAS	
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (banana, ponkan e maçã)	MAMÃO	GOIABA	QUIBE ASSADO COM CARNE MOÍDA E SOJA	MELÃO	
Jantar		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E VAGEM	FEIJÃO ARROZ PERNIL COM MANDIOCA	FEIJÃO MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM FRANGO E BRÓCOLIS	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO COM BATATAS	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65 VET	10% a 15% VET	15% a 30% VET			
		984	561g	165g			
		57%	17%	26%	78	273	5

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista