

**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

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	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE (mingau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
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	SALADA DE FRUTAS (mamão, pêra e melão)	BANANA	PONKAN	MAÇÃ	VITAMINA DE ABACATE			
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)	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO(g)</b> 55% a 65 VET	<b>PTN(g)</b> 10% a 15% VET	<b>LPD(g)</b> 15% a 30% VET	<b>Vit.A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	1217	768g 63%	1668g 14%	289g 24%	<b>264</b>	<b>65</b>	<b>372</b>	<b>7</b>

**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

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	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE (mingau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
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	MANGA	VITAMINA DE BANANA			
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) 1134	CHO(g) 55% a 65 VET	PTN(g) 10% a 15% VET	LPD(g) 15% a 30% VET	Vit.A (mcg) 316	Vit. C (mg) 53	Ca (mg) 350	Fe (mg) 7
		703g	170g	265g				
		62%	15%	23%				

**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

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	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE (mingau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
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 FAROFA DE PERNIL REPOLHO REFOGADO (Farinha mandioca)			
Lanche da Tarde	SALADA DE FRUTAS (melancia,abacaxi e manga)	BANANA	PONKAN	MAÇÃ	VITAMINA DE MARACUJÁ			
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 FAROFA DE PERNIL REPOLHO REFOGADO (Farinha mandioca)			
Composição nutricional (Média semanal)	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO(g)</b> 55% a 65 VET	<b>PTN(g)</b> 10% a 15% VET	<b>LPD(g)</b> 15% a 30% VET	<b>Vit.A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	1178	747g 63%	164g 14%	272g 23%	<b>197</b>	<b>63</b>	<b>375</b>	<b>7</b>

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

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	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE (mingau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA			
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	MELÃO	VITAMINA DE BANANA			
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)	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO(g)</b> 55% a 65 VET	<b>PTN(g)</b> 10% a 15% VET	<b>LPD(g)</b> 15% a 30% VET	<b>Vit.A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	1175	721g 62%	177g 15%	279g 24%	<b>330</b>	<b>83</b>	<b>345</b>	<b>7</b>

**Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista**