

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

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	VITAMINA DE ABACATE			
Almoço	ARROZ FEIJÃO VIRADO DE OVOS COM VAGEM (Farinha de milho)	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO COM BATATAS BANANA	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM FRANGO SALADA DE TOMATE E ACELGA MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO QUIBE ASSADO COM CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE REPOLHO			
Lanche da Tarde	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE (mingau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE ABACATE			
Jantar	ARROZ FEIJÃO VIRADO DE OVOS COM VAGEM (Farinha de milho)	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO COM BATATAS BANANA	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM FRANGO SALADA DE TOMATE E ACELGA MAÇÃ	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.A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	724	450g 62%	94g 13%	186g 26%	159	12	263	4

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

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 MAISENA	CHOCOLATE QUENTE (mingau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE BANANA			
Almoço	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA E SOJA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA ABACAXI	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA SALADA DE TOMATE COUVE MANGA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CHUCHU E SOJA	FEIJÃO ARROZ PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE ALFACE			
Lanche da Tarde	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	CHOCOLATE QUENTE (mingau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE BANANA			
Jantar	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA E SOJA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA ABACAXI	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA SALADA DE TOMATE COUVE MANGA	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.A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	667	417g 63%	91g 14%	162g 24%	188	28	258	4

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

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	VITAMINA DE MARACUJÁ			
Almoço	FEIJÃO MACARRONADA COM OVOS BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA ANGU BANANA	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE PONKAN	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA BATATA SALSA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL REPOLHO REFOGADO (Farinha mandioca)			
Lanche da Tarde	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE (mingau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE MARACUJÁ			
Jantar	FEIJÃO MACARRONADA COM OVOS BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA ANGU BANANA	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE PONKAN	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA BATATA SALSA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL REPOLHO REFOGADO (Farinha mandioca)			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 706	CHO(g) 55% a 65 VET	PTN(g) 10% a 15% VET	LPD(g) 15% a 30% VET	Vit.A (mcg) 142	Vit. C (mg) 55	Ca (mg) 270	Fe (mg) 4
		443g 63%	94g 13%	174g 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 Parcial

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 MAISENA	CHOCOLATE QUENTE (mingau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE BANANA			
Almoço	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E VAGEM	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA GOIABA	FEIJÃO MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM FRANGO E BRÓCOLIS MELÃO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO COM BATATAS			
Lanche da Tarde	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	CHOCOLATE QUENTE (mingau)	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE BANANA			
Jantar	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E VAGEM	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA GOIABA	FEIJÃO MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM FRANGO E BRÓCOLIS MELÃO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO COM BATATAS			
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)
	699	425g 61%	99g 14%	177g 25%	226	41	251	4

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista