

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

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	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
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 PONKAN	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)	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	CURAU DE MILHO VERDE BANANA	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)
	1460	907g 62%	198g 14%	369g 25%	303	62	497	8

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

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	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
Almoço	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA E SOJA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL SALADA DE TOMATE COUVE ABACAXI	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CHUCHU E SOJA MELANCIA	FEIJÃO ARROZ PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE ALFACE			
Lanche da Tarde	SALADA DE FRUTAS (banana, ponkan e maçã)	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU PIPOCA	VITAMINA DE BANANA MANGA (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)
	1327	797g	190g	346g	379	54	476	8
		60%	14%	26%				

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

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	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
Almoço	FEIJÃO MACARRONADA COM OVOS BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA ANGU	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	SALADA DE FRUTAS (abacaxi, melancia e manga)	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	TORTA DE CHICÓRIA BANANA	VITAMINA DE MARACUJÁ 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)
	1357	827g	185g	351g	252	63	474	8
		61%	14%	26%				

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

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	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER			
Almoço	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E VAGEM	FEIJÃO ARROZ PERNIL COM MANDIOCA	FEIJÃO MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM FRANGO E BRÓCOLIS MAMÃO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO COM BATATAS			
Lanche da Tarde	SALADA DE FRUTAS (banana, ponkan e maçã)	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	QUIBE ASSADO COM CARNE MOIDA E SOJA MELÃO	VITAMINA DE BANANA GOIABA (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)
	1354	809g	199g	351g	377	83	439	8
		60%	15%	26%				

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista