

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

JUNHO 2026

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 01/06	3ª Feira 02/06	4ª Feira 03/06	5ª Feira 04/06	6ª Feira 05/06		
Almoço		ARROZ FEIJÃO COM SOJA SALADA DE OVOS COM CHUCHU	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL (Farinha de milho) BETERRABA BANANA	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE PONKAN	CORPUS CHRISTI	RECESSO		
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)
	460	311g	69g	85g	62	87	85	3
		67%	15%	19%				

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

JUNHO 2026

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 08/06	3ª Feira 09/06	4ª Feira 10/06	5ª Feira 11/06	6ª Feira 12/06		
Almoço		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA ABÓBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA REPOLHO REFOGADO MELANCIA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALSA MANGA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca) SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO TABULE DE FRANGO COM SOJA E CENOURA RALADA		
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)
	426	288g	67g	73g	100	18	61	3
		67%	16%	17%				

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

JUNHO 2026

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 15/06	3ª Feira 16/06	4ª Feira 17/06	5ª Feira 18/06	6ª Feira 19/06		
Almoço		FEIJÃO MACARRONADA COM OVOS BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATA FRANGO BANANA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BRÓCOLIS E SOJA PONKAN	ARROZ FEIJÃO ALMONDEGAS DE CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E VAGEM		
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)
	438	282g 64%	67g 16%	93g 22%	58	59	77	3

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

JUNHO 2026

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 22/06	3ª Feira 23/06	4ª Feira 24/06	5ª Feira 25/06	6ª Feira 26/06		
Almoço		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM SOJA E BATATA	ARROZ FEIJÃO CANJIQUINHA COM PERNIL E CENOURA GOIABA	FEIJÃO MACARRONADA FRANGO ASSADO SALADA DE ALFACE E TOMATE MELÃO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABOBORA MADURA ANGU	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM ABOBRINHA		
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)
	419	260g	73g	87g	127	37	46	3
		62%	17%	20%				

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista