

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			
Café da Manhã	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE (mingau)	CAFÉ COM LEITE BOLO	CORPUS CHRISTI	RECESSO			
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			
Lanche da Tarde	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	CHOCOLATE QUENTE (mingau)	CAFÉ COM LEITE BOLO	CORPUS CHRISTI	RECESSO			
Jantar	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)
	741	777g 64%	96g 13%	174g 23%	144	88	287	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

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			
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 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			
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 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)
	699	446g 64%	93g 14%	163g 23%	197	20	261	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

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			
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 PURÊ DE BATATA FRANGO BANANA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E BRÓCOLIS PONKAN	ARROZ FEIJÃO ALMONDEGAS DE CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E VAGEM			
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 PURÊ DE BATATA FRANGO BANANA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E BRÓCOLIS 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)
	708	435g	94g	184g	158	60	275	4
		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 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			
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 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			
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 BATATA	ARROZ FEIJÃO CANJIQUINHA COM PERNIL E CENOURA GOIABA	FEIJÃO MACARRONADA FRANGO ASSADO SALADA DE ALFACE E TOMATE MELÃO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABOBRORA 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)
	692	418g 61%	99g 14%	177g 25%	225	39	246	4

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista