

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

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	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	CORPUS CHRISTI	RECESSO			
Almoço	ARROZ FEIJÃO COM SOJA SALADA DE OVOS COM CHUCHU	ARROZ FEIJÃO FAROFÁ DE PERNIL (Farinha de milho) BETERRABA BANANA	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE PONKAN	CORPUS CHRISTI	RECESSO			
Lanche da Tarde	SALADA DE FRUTAS (mamão, melão e goiaba)	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	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)
	1413	863g	182g	375g	322	110	505	8
		61%	13%	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

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 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 ABÓBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA REPOLHO REFOGADO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALSA MELANCIA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca) SALADA DE TOMATE MANGA	ARROZ FEIJÃO TABULE DE FRANGO COM SOJA E CENOURA RALADA			
Lanche da Tarde	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU PIPOCA	VITAMINA DE BANANA PÊRA (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)
	1388	859g 62%	189g 14%	347g 25%	375	31	518	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

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	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 PURÊ DE BATATA FRANGO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E BRÓCOLIS BANANA	ARROZ FEIJÃO ALMONDEGAS DE CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E VAGEM			
Lanche da Tarde	SALADA DE FRUTAS (melancia, manga e pêra)	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	TORTA DE ESPINAFRE PONKAN	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)
	1359	810g 60%	187g 14%	371g 27%	292	71	484	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

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 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 BATATA	ARROZ FEIJÃO CANJIQUINHA COM PERNIL E CENOURA	FEIJÃO MACARRONADA FRANGO ASSADO SALADA DE ALFACE E TOMATE MAMÃO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABOBORA MADURA ANGU	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM ABOBRINHA			
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)
	1360	803g 60%	200g 15%	362g 26%	375	81	440	8

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista