

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

JULHO 2026

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 29/06		3ª Feira 30/06		4ª Feira 01/07		5ª Feira 02/07		6ª Feira 03/07	
Almoço		ARROZ FEIJÃO VIRADO DE OVOS COM VAGEM (Farinha de milho)		ARROZ FEIJÃO ESCONDIDINHO DE MANDIOCA COM FRANGO BANANA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BRÓCOLIS MAÇÃ		ARROZ FEIJÃO FEIJOADA COM PERNIL E SOJA COUVE REFOGADA		ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM SOJA BATATA DOCE	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Vit.A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)			
		55% a 65 VET	10% a 15% VET	15% a 30% VET							
	449	299g	68g	85g	516	18	76	3			
	66%	16%	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

JULHO 2026

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 06/07		3ª Feira 07/07		4ª Feira 08/07		5ª Feira 09/07		6ª Feira 10/07	
Lanche				BOLO DE FUBÁ		PÃO COM PERNIL		PIPOCA		CANJICADA	
Almoço		FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOIDA E SOJA BETERRABA		ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL COM SOJA E REPOLHO (Farinha de mandioca) MELANCIA		ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA DE ALFACE MANGA		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CENOURA CANJIQUELHA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CHUCHU SALADA DE TOMATE	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Vit.A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)			
		55% a 65 VET	10% a 15% VET	15% a 30% VET							
		705	413g	97g							
		59%	14%	28%	1100	18	243	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

JULHO 2026

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 13/07		3ª Feira 14/07		4ª Feira 15/07		5ª Feira 16/07		6ª Feira 17/07					
Almoço		ARROZ FEIJÃO SALADA DE OVOS COM BATATA		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM SOJA ABOBORA MADURA		ARROZ FEIJÃO POLENTA COM PERNIL		ARROZ FEIJÃO QUIBE ASSADO CARNE MOÍDA COM SOJA		FEIJÃO MACARRONADA DE FRANGO E SOJA					
Composição nutricional (Média semanal)		CHO(g)		PTN(g)		LPD(g)		Vit.A (mcg)		Vit. C (mg)		Ca (mg)		Fe (mg)	
	Energia (Kcal)	55% a 65 VET		10% a 15% VET		15% a 30% VET									
	385	243g		66g		76g		14		5		46		3	
	63%		147%		20%										

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista