

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRÊS CORAÇÕES – MG / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO

Cemei / 6 meses à 5 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerantes à lactose usar leite Zero Lactose

AGOSTO 2026

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 03/08	3ª Feira 04/08	4ª Feira 05/08	5ª Feira 06/08	6ª Feira 07/08		
Café da Manhã		LEITE BISCOITO POLVILHO	LEITE COM CACAU PÃO FRANCÊS	LEITE TORRADINHAS	LEITE COM CACAU BOLO SEM AÇÚCAR	LEITE BISCOITO POLVILHO		
Almoço		ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM VAGEM	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E TOMATE SALADA DE ACELGA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO COM BATATA		
Lanche da Tarde		LEITE BISCOITO POLVILHO	MELANCIA	ABACAXI	MILHO VERDE	MANGA		
Jantar		ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM VAGEM	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E TOMATE SALADA DE ACELGA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO COM BATATA		
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)
	1044	150 g	37g	33g	121	30	309	5
		58%	14%	28%				

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRÊS CORAÇÕES – MG / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO

Cemei / 6 meses à 5 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerantes à lactose usar leite Zero Lactose

AGOSTO 2026

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 10/08	3ª Feira 11/08	4ª Feira 12/08	5ª Feira 13/08	6ª Feira 14/08		
Café da Manhã		LEITE BISCOITO POLVILHO	LEITE COM CACAU PÃO FRANCÊS	LEITE TORRADINHAS	LEITE COM CACAU BOLO SEM AÇÚCAR	LEITE BISCOITO POLVILHO		
Almoço		ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIOCA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA SALSA	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE FRANGO E SOJA SALADA DE PEPINO		
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (Melancia, abacaxi, manga)	BANANA	PONKAN	LEITE COM CACAU BOLO SEM AÇÚCAR	MAÇÃ		
Jantar		ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIOCA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA SALSA	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE FRANGO E SOJA SALADA DE PEPINO		
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)
	1039	158 g	35 g	30 g	133	71	323	5
		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

Cemei / 6 meses à 5 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerantes à lactose usar leite Zero Lactose

AGOSTO 2026

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 17/08		3ª Feira 18/08		4ª Feira 19/08		5ª Feira 20/08		6ª Feira 21/08	
Café da Manhã		LEITE BISCOITO POLVILHO		LEITE COM CACAU PÃO FRANCÊS		LEITE TORRADINHAS		LEITE COM CACAU BOLO SEM AÇÚCAR		LEITE BISCOITO POLVILHO	
Almoço		FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOÍDA E SOJA BETERRABA		ARROZ FEIJÃO ESCONDIDINHO DE FRANGO E BATATA DOCE		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM REPOLHO E SOJA		ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE FRANGO ALFACE		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA	
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (Banana, ponkan,maçã)		MAMÃO		GOIABA		QUIBE ASSADO		MELÃO	
Jantar		FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOÍDA E SOJA BETERRABA		ARROZ FEIJÃO ESCONDIDINHO DE FRANGO E BATATA DOCE		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM REPOLHO E SOJA		ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE FRANGO ALFACE		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA	
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					
		1024		148g		31g					
		58%		15%		27%		131	75	326	5

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRÊS CORAÇÕES – MG / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO

Cemei / 6 meses à 5 anos / Zona Urbana / Período Integral

Necessidades Especiais: Intolerantes à lactose usar leite Zero Lactose

AGOSTO 2026

Tipo de Refeição Horário		2ª Feira 24/08		3ª Feira 25/08		4ª Feira 26/08		5ª Feira 27/08		6ª Feira 28/08	
Café da Manhã		LEITE BISCOITO POLVILHO		LEITE COM CACAU PÃO FRANCÊS		LEITE TORRADINHAS		LEITE COM CACAU BOLO SEM AÇÚCAR		LEITE BISCOITO POLVILHO	
Almoço		ARROZ FEIJÃO VIRADO DE OVOS COM CENOURA (Farinha de milho)		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA ANGÚ		FEIJÃO MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM FRANGO E BRÓCOLIS		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CHUCHU		ARROZ FEIJÃO QUIBE ASSADO COM CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE TOMATE	
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (mamão,goiaba,melão)		BANANA		PONKAN		TORTA DE ESPINAFRE		MAÇÃ	
Jantar		ARROZ FEIJÃO VIRADO DE OVOS COM CENOURA (Farinha de milho)		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA ANGÚ		FEIJÃO MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM FRANGO E BRÓCOLIS		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CHUCHU		ARROZ FEIJÃO QUIBE ASSADO COM CARNE MOIDA E SOJA 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							
	1044	152g	39g	32g	125	47	296	6			
		58%	15%	27%							

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista