

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

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		CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE BANANA		
Almoço		ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA MELANCIA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM VAGEM ABACAXI	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E TOMATE SALADA DE ACELGA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO COM BATATA		
Lanche da Tarde		CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE BANANA		
Jantar		ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA MELANCIA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM VAGEM ABACAXI	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)
	687	106g	23g	19g	96	21	252	4
		62%	13%	25%				

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

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		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE ABACATE		
Almoço		ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIOCA BANANA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA SALSA MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE FRANGO E SOJA SALADA DE PEPINO		
Lanche da Tarde		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE ABACATE		
Jantar		ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIOCA BANANA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA SALSA MAÇÃ	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)
	696	112g	21g	19g	104	17	251	3
		64%	12%	24%				

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

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		CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA		MINGAU COM CACAU		CAFÉ COM LEITE PÃO		LEITE COM CACAU BOLO		VITAMINA DE BANANA	
Almoço		FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOÍDA E SOJA BETERRABA		ARROZ FEIJÃO ESCONDIDINHO DE FRANGO E BATATA DOCE		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM REPOLHO E SOJA GOIABA		ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE FRANGO ALFACE MELÃO		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA	
Lanche da Tarde		CAFÉ COM LEITE BOLACHA MAISENA		MINGAU COM CACAU		CAFÉ COM LEITE PÃO		LEITE COM CACAU BOLO		VITAMINA DE BANANA	
Jantar		FEIJÃO MACARRONADA COM CARNE MOÍDA E SOJA BETERRABA		ARROZ FEIJÃO ESCONDIDINHO DE FRANGO E BATATA DOCE		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM REPOLHO E SOJA GOIABA		ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE FRANGO ALFACE MELÃO		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					
	693	107g	23g	19g	112	40	273	4			
	62%	13%	25%								

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

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		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE MARACUJÁ		
Almoço		ARROZ FEIJÃO VIRADO DE OVOS COM CENOURA (Farinha de milho)	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA ANGÚ BANANA	FEIJÃO MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM FRANGO E BRÓCOLIS PONKAN	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CHUCHU	ARROZ FEIJÃO QUIBE ASSADO COM CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE TOMATE		
Lanche da Tarde		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	MINGAU COM CACAU	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLO	VITAMINA DE MARACUJÁ		
Jantar		ARROZ FEIJÃO VIRADO DE OVOS COM CENOURA (Farinha de milho)	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA ANGÚ BANANA	FEIJÃO MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM FRANGO E BRÓCOLIS PONKAN	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				
		689	108g	19g				
		63%	13%	24%	104	56	253	4

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista