

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

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 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 MOÍDA BETERRABA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA ABÓBORA MADURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM VAGEM MELANCIA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM SOJA E TOMATE SALADA DE ACELGA ABACAXI	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO COM BATATA MANGA		
Lanche da Tarde		CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	CURAU DE MILHO VERDE	VITAMINA DE BANANA		
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)
	1077	168g	33g	32g	202	31	481	5
		62%	12%	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

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	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER		
Almoço		ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIOCA	ARROZ FEIJOADA COM PERNIL E SOJA FAROFA DE COUVE (Farinha de mandioca) BANANA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA SALSA PONKAN	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE FRANGO E SOJA SALADA DE PEPINO		
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (melancia, abacaxi e manga)	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU PIPOCA	VITAMINA DE ABACATE MAÇÃ		
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				
		966	150g	30g				
		62%	12%	26%	184	65	424	5

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

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 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 CARNE MOÍDA E SOJA BETERRABA		ARROZ FEIJÃO ESCONDIDINHO DE FRANGO E BATATA DOCE		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM REPOLHO E SOJA MAMÃO		ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO ALFACE		ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA			
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (Banana, ponkan e maçã)		LEITE COM CACAU BOLO		CAFÉ COM LEITE PÃO		QUIBE ASSADO MELÃO		VITAMINA DE BANANA GOIABA			
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)
	938	142g		30g		29g		175	74	409	5		
		60%		13%		27%							

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

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	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	LEITE COM CACAU BOLACHA MAISENA	CAFÉ COM LEITE BOLACHA CREAM CRACKER		
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 BANANA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CHUCHU	ARROZ FEIJÃO QUIBE ASSADO COM CARNE MOIDA E SOJA SALADA DE TOMATE		
Lanche da Tarde		SALADA DE FRUTAS (mamão, melão, goiaba)	LEITE COM CACAU BOLO	CAFÉ COM LEITE PÃO	TORTA DE ESPINAFRE PONKAN	VITAMINA DE MARACUJÁ MAÇÃ		
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)
	972	148g	30g	30g	180	73	408	5
		61%	12%	27%				

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista