

CARDÁPIO SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL BELO HORIZONTE PREFEITURA				MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE AO PERÍODO DO CARDÁPIO	
PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - UNIDADE DE ENSINO INFANTIL					
MÊS DE REFERÊNCIA				OUTUBRO	
FAIXA ETÁRIA				1 A 2 ANOS E 11 MESES	
REFEIÇÃO	SEGUNDA 05/10/2026	TERÇA 06/10/2026	QUARTA 07/10/2026	QUINTA 08/10/2026	SEXTA 09/10/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com canela (opcional) Pão francês com queijo derretido	Suco de abacaxi com hortelã Ovos mexidos com farinha de milho	Creme de chocolate com banana (sem açúcar)	Frapê de manga com maracujá Dadinho de banana e aveia com cacau (sem açúcar)	Leite Bolo prestígio (sem açúcar)
ALMOÇO	Carne de panela Purê de moranga Salada de almeirão com tomate Arroz simples Feijão simples	Estrogonofe de filé de frango Batata palito assada Salada de alface com tomate Arroz simples Feijão simples	Coxa e sobrecoxa assadas Macarronese com cenoura e maionese caseira Salada de alface com tomate Arroz simples Feijão simples Melancia	Lombo de panela ao molho ferrugem Batata-doce sauté Salada de acelga com cenoura ralada Arroz simples Feijão simples Abacaxi	Feijoada com pernil Farinha dourada Couve refogada Salada de tomate Arroz simples Laranja pera
LANCHE DA TARDE	Suco de maracujá com manga Ovos mexidos com farinha de mandioca	Sorvete de banana com leite Bolo simples com passas (sem açúcar)	Milkshake de banana congelada com cacau (sem açúcar) Caseirinho de fubá (sem açúcar)	Creme de chocolate com banana (sem açúcar)	Salada de frutas (banana, maçã e laranja) Farinha de aveia com leite em pó
JANTAR	- Canjiquinha com pernil, cenoura, batata e repolho Laranja pera	- Creme de batata, chuchu e cenoura com carne moída - Arroz simples Maçã	- Torta de liquidificador com filé de frango, cenoura e tomate Suco de laranja	- Hambúrguer de tabuleiro de carne moída com pão, alface, tomate e queijo Suco de melancia com limão	- Macarrão parafuso cremoso de forno com filé de frango, cenoura, tomate e queijo
				ENERGIA (KCAL) 186,47 285,42 129,35 170,19 824,60	
				CARBOIDRATOS (GRAMAS) 22,29 40,32 17,98 23,68 108,72	
				PROTEÍNAS (GRAMAS) 7,80 12,77 4,68 6,81 34,72	
				LÍPIDIOS (GRAMAS) 7,62 8,10 4,68 5,74 28,89	
				VITAMINA A (MICROGRAMAS) 72,75 280,83 45,29 78,99 513,97	
				VITAMINA C (MILIGRAMAS) 6,98 22,76 4,17 30,80 64,71	
				CÁLCIO (MILIGRAMAS) 178,83 56,91 84,57 41,03 450,37	
				FERRO (MILIGRAMAS) 0,58 1,61 0,44 0,80 3,48	
				Observações: SEMANA EM COMEMORAÇÃO AO DIA DAS CRIANÇAS Caso a gestão tenha interesse em alguma preparação diferente, consultar a supervisora de alimentação que acompanha a unidade escolar.	
				Cardápio elaborado de acordo com a Resolução CD/FNDE Nº 4, 26 de fevereiro de 2026.	
				Cardápio sujeito a alterações.	
				GIOVANA RIDOLFI ABURACHID Nutricionista Responsável CRN - 11566 / BM - 101343-0	

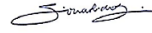
				SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL  BELO HORIZONTE PREFEITURA	
PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - UNIDADE DE ENSINO INFANTIL					
MÊS DE REFERÊNCIA				OUTUBRO	
FAIXA ETÁRIA				1 A 2 ANOS E 11 MESES	
REFEIÇÃO	SEGUNDA 19/10/2026	TERÇA 20/10/2026	QUARTA 21/10/2026	QUINTA 22/10/2026	SEXTA 23/10/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Leite Pão simples com manteiga	Leite com canela (opcional) Bolo simples com passas (sem açúcar)	Delícia de maçã e canela (sem açúcar)	Suco de maracujá com manga Ovos mexidos com farinha de mandioca	Leite Cookie de coco com passas (sem açúcar)
ALMOÇO	Omelete com tomate e queijo Batata sauté Salada de cenoura ralada Arroz simples Feijão simples Laranja pera	Cubos de filé de frango acebolados Moranga refogada Salada de repolho com tomate Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil refogados Angu Couve refogada Salada de cenoura cozida Arroz simples Feijão simples	Filé de frango oriental (cenoura, repolho e pimentão) Salada de alface com tomate Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil ensopados Farofa de repolho Salada de tomate Arroz simples Feijão simples Abacaxi
LANCHE DA TARDE	Leite Maçã	Leite Caseirinho de fubá (sem açúcar)	Leite com cacau Pão francês com manteiga	Salada de frutas (banana, maçã e laranja) Farinha de aveia com leite em pó	Leite Banana nanica
JANTAR	- Macarrão parafuso com molho de sardinha, cenoura e tomate	- Creme de inhame e cenoura com pernil - Arroz simples	- Galinhada com filé de frango (tomate e cenoura)	- Feijão preto enriquecido com pernil, batata-doce e beterraba - Arroz simples	- Sopa de macarrão com filé de frango, cenoura e batata

MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE AO PERÍODO DO CARDÁPIO					
INFORMAÇÕES	REFEIÇÕES DIÁRIAS				CONSOLIDADO/DIA
	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	JANTAR	
ENERGIA (KCAL)	147,64	255,20	153,79	161,14	717,77
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	16,42	35,19	21,18	22,46	95,25
PROTEÍNAS (GRAMAS)	5,85	11,52	5,53	7,33	30,23
LÍPIDIOS (GRAMAS)	6,71	7,51	5,69	4,51	24,42
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	71,30	83,96	68,91	143,18	367,35
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	0,58	20,69	3,94	3,57	28,78
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	142,93	48,14	152,88	22,38	366,33
FERRO (MILIGRAMAS)	0,47	1,58	0,32	0,66	3,03

Observações:

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução CD/FNDE Nº 4, 26 de fevereiro de 2026.

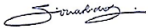
Cardápio sujeito a alterações.


 GIOVANA RIDOLFI ABURACHID
 Nutricionista Responsável
 CRN - 11566 / BM - 101343-0

				SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL  BELO HORIZONTE PREFEITURA	
PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - UNIDADE DE ENSINO INFANTIL					
MÊS DE REFERÊNCIA				OUTUBRO	
FAIXA ETÁRIA				1 A 2 ANOS E 11 MESES	
REFEIÇÃO	SEGUNDA 26/10/2026	TERÇA 27/10/2026	QUARTA 28/10/2026	QUINTA 29/10/2026	SEXTA 30/10/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com canela (opcional) Pão francês com manteiga	Suco de melancia Ovos mexidos cremosos	Leite Dadinho de maçã e aveia (sem açúcar)	Leite Bolo de cenoura com passas (sem açúcar)	Salada de frutas (banana, mamão e maçã) Farinha de aveia com leite em pó
ALMOÇO	Ovos mexidos Macarrão parafuso com molho de tomate Salada de beterraba cozida Arroz simples Feijão simples Laranja pera	Iscas de pernil aceboladas Inchame ensopado Salada de repolho com cenoura ralada Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango refogados Batata-doce sauté Salada de cenoura cozida Arroz simples Feijão simples	Estrogonofe de filé de frango Batata palito assada Salada de alface com tomate Arroz simples Feijão simples Melancia	Lagarto bovino de panela Virado de abobrinha Salada de couve com cenoura cozida Arroz simples Feijão simples
LANCHE DA TARDE	Leite com cacau Pão de queijo	Leite Maçã	Leite Manga palmer	Arroz doce com maçã (sem açúcar)	Leite com canela (opcional) Caseirinho de fubá (sem açúcar)
JANTAR	- Canjiquinha com pernil, cenoura, batata e repolho	- Risoto de moranga com filé de frango e tomate	- Tutu de feijão com pernil desfiado, cebola, pimentão e tomate - Arroz simples Laranja pera	- Sopa de macarrão com lentilha, filé de frango, moranga e chuchu	- Salpicão de frango com repolho, cenoura e maionese caseira - Arroz simples

MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE AO PERÍODO DO CARDÁPIO					
INFORMAÇÕES	REFEIÇÕES DIÁRIAS				CONSOLIDADO/DIA
	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	JANTAR	
ENERGIA (KCAL)	149,65	266,34	168,36	137,43	721,78
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	18,16	38,49	22,49	16,24	95,38
PROTEÍNAS (GRAMAS)	6,02	11,90	5,89	7,62	31,43
LÍPIDIOS (GRAMAS)	6,13	7,18	6,48	4,52	24,31
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	82,65	245,94	71,25	59,70	459,54
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	4,21	16,52	12,04	11,51	44,28
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	123,56	40,32	183,21	18,28	365,37
FERRO (MILIGRAMAS)	0,56	1,69	0,24	0,58	3,07

Observações: Cardápio elaborado de acordo com a Resolução CD/FNDE Nº 4, 26 de fevereiro de 2026. Cardápio sujeito a alterações.
--



GIOVANA RIDOLFI ABURACHID
Nutricionista Responsável
CRN - 11566 / BM - 101343-0