

SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL

PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - UNIDADE DE ENSINO INFANTIL

MÊS DE REFERÊNCIA

SETEMBRO

FAIXA ETÁRIA

3 A 5 ANOS E 11 MESES

REFEIÇÃO	SEGUNDA 31/08/2026	TERÇA 01/09/2026	QUARTA 02/09/2026	QUINTA 03/09/2026	SEXTA 04/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Creme de chocolate	Leite Pão simples com manteiga	Leite com canela (opcional) Biscoito cream cracker	Suco de maracujá Ovos mexidos com farinha de mandioca	Leite Bolo fim de tarde com coco
ALMOÇO	Carne moída refogada Mandioca ensopada Salada de couve com tomate Arroz simples Feijão simples	Ovos cozidos Espaguete ao óleo e alho Cenoura e chuchu sauté Arroz simples Feijão simples Laranja pera	Cubos de pernil refogados com cebola e pimentão Moranga refogada Salada de repolho Arroz simples Feijão simples Melancia	Cubos de filé de frango ensopados com cenoura Angu Salada de almeirão com tomate Arroz simples Feijão simples	Lombo de panela ao molho ferrugem Farofa de beterraba Salada de alface com tomate Arroz simples Feijão simples Abacaxi
LANCHE DA TARDE	Leite Maçã	Leite Rosquinha de chocolate	Leite Bolo de mel	Salada de frutas (banana, mamão e maçã) Farinha de aveia com leite em pó	Leite Banana prata
JANTAR	- Feijão preto enriquecido com pernil, batata-doce e beterraba - Arroz simples Laranja pera	- Escondidinho de mandioca com filé de frango, abobrinha e tomate - Arroz simples	- Estrogonofe com filé de frango, cenoura, tomate e aveia (EM Efigênia Vidigal) - Arroz simples	Suco de laranja com cenoura - Pão francês com ovos mexidos e queijo	- Macarrão parafuso à bolonhesa com cenoura e tomate

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)	210,52	360,30	187,70	272,35	1.030,87
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	26,10	53,41	27,38	39,19	146,08
PROTEÍNAS (GRAMAS)	6,89	15,13	5,85	11,86	39,73
LIPÍDIOS (GRAMAS)	8,92	9,53	6,72	7,50	32,67
SÓDIO (MICROGRAMAS)	163,34	493,68	97,22	317,83	1.072,07

Observações:

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

Cardápio sujeito a alterações.

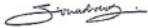
GIOVANA RIDOLFI ABURACHID
Nutricionista Responsável
CRN - 11566 / BM - 101343-0

CARDÁPIO				SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL		 BELO HORIZONTE PREFEITURA
PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - UNIDADE DE ENSINO INFANTIL						
MÊS DE REFERÊNCIA				SETEMBRO		
FAIXA ETÁRIA				3 A 5 ANOS E 11 MESES		
REFEIÇÃO	SEGUNDA (FERIADO) 07/09/2026	TERÇA 08/09/2026	QUARTA 09/09/2026	QUINTA 10/09/2026	SEXTA 11/09/2026	
CAFÉ DA MANHÃ		Leite com canela (opcional) Pão francês com queijo	Leite com chocolate Biscoito cream cracker	Salada de frutas (banana, mamão e maçã) Farinha de aveia com leite em pó	Suco de melancia com limão Ovos mexidos cremosos	
ALMOÇO		Espaguete à bolonhesa Salada de alface com cenoura ralada Arroz simples Feijão simples	Ovos mexidos com cenoura Batata sauté Salada de almeirão Arroz simples Feijão simples Abacaxi	Cubos de pernil acebolados Inhame ensopado Salada de beterraba cozida Arroz simples Feijão simples	Feijoada com pernil Farinha dourada Couve refogada Salada de tomate Arroz simples Laranja pera	
LANCHE DA TARDE		Leite Maçã	Suco de manga Fatia marguerita com queijo	- Canjica com coco e amendoim	Leite Banana prata	
JANTAR		- Feijão preto enriquecido com pernil, moranga e batata-doce - Arroz simples	- Sopa de macarrão com lentilha, filé de frango, abobrinha e inhame	Suco de laranja com maracujá - Pão francês à bolonhesa com tomate e pimentão	- Galinhada com filé de frango (tomate e cenoura)	



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)	191,97	365,95	158,09	224,50	940,51
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	24,62	53,97	22,59	32,80	133,98
PROTEÍNAS (GRAMAS)	7,67	14,92	5,13	10,62	38,34
LIPÍDIOS (GRAMAS)	7,19	10,10	5,86	5,54	28,69
SÓDIO (MICROGRAMAS)	223,34	478,48	99,79	269,85	1.071,46

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

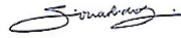
				SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL  BELO HORIZONTE PREFEITURA	
PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - UNIDADE DE ENSINO INFANTIL					
MÊS DE REFERÊNCIA				SETEMBRO	
FAIXA ETÁRIA				3 A 5 ANOS E 11 MESES	
REFEIÇÃO	SEGUNDA 14/09/2026	TERÇA 15/09/2026	QUARTA 16/09/2026	QUINTA 17/09/2026	SEXTA 18/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Leite Pão simples com manteiga	Leite com canela (opcional) Bolo de mel	Delícia tropical de manga	Suco de maracujá Ovos mexidos com farinha de mandioca	Vitamina de banana com mamão Rosquinha de coco
ALMOÇO	Omelete com espinafre e queijo Cenoura e chuchu sauté Arroz simples Feijão simples Laranja pera	Cubos de pernil ensopados Farofa de couve Salada de tomate Salada de cenoura ralada Arroz simples Feijão simples Abacaxi	Filé de frango oriental (cenoura, repolho e pimentão) Salada de almeirão com tomate Arroz simples Feijão simples Maçã	Carne moída com quiabo e tomate Angu Abobrinha refogada Arroz simples Feijão simples	Coxa e sobrecoxa assadas Maionese caseira de batata, cenoura e vagem Salada de alface Arroz simples Feijão simples
LANCHE DA TARDE	Leite Manga palmer	Leite Rosquinha de chocolate	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Salada de frutas (banana, maçã e laranja) Farinha de aveia com leite em pó	Leite Banana nanica
JANTAR	- Caldo de mandioca com carne moída e tomate - Arroz simples	- Estrogonofe com filé de frango, cenoura, tomate e aveia (EM Efigênia Vidigal) - Arroz simples	- Canjiquinha com pernil, cenoura, batata e repolho	- Feijão preto enriquecido com pernil, batata-doce e beterraba - Arroz simples	- Macarrão parafuso com molho de sardinha, abobrinha e tomate

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)	217,86	361,60	193,79	206,89	980,14
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	30,51	50,95	29,12	28,82	139,40
PROTEÍNAS (GRAMAS)	6,72	16,09	6,08	8,85	37,74
LIPÍDIOS (GRAMAS)	7,99	10,43	6,52	6,07	31,01
SÓDIO (MICROGRAMAS)	143,72	511,31	121,16	257,74	1.033,93

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

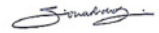
				SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL  BELO HORIZONTE PREFEITURA	
PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - UNIDADE DE ENSINO INFANTIL					
MÊS DE REFERÊNCIA				SETEMBRO	
FAIXA ETÁRIA				3 A 5 ANOS E 11 MESES	
REFEIÇÃO	SEGUNDA 21/09/2026	TERÇA 22/09/2026	QUARTA 23/09/2026	QUINTA 24/09/2026	SEXTA 25/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com canela (opcional) Pão francês com manteiga	Suco de melancia com limão Ovos mexidos cremosos	Leite Rosquinha de chocolate	Leite Bolo de cenoura Cobertura de chocolate	Salada de frutas (banana, mamão e maçã) Farinha de aveia com leite em pó
ALMOÇO	Ovos cozidos Macarrão parafuso com molho de abobrinha Salada de beterraba ralada Arroz simples Feijão simples Abacaxi	Cubos de pernil acebolados Inhame ensopado Salada de repolho com cenoura ralada Arroz simples Feijão preto	Cubos de filé de frango refogados Batata-doce sauté Salada de chuchu cozido Arroz simples Feijão simples Manga palmer	Estrogonofe de filé de frango Batata palito assada Salada de alface com tomate Arroz simples Feijão simples	Lagarto bovino de panela Purê de mandioca Salada de couve com cenoura cozida Arroz simples Feijão simples
LANCHE DA TARDE	Suco de laranja Biscoito de polvilho assado	Leite Maçã	Vitamina de abacate Biscoito cream cracker	Leite Banana nanica	Arroz doce
JANTAR	- Bambá de couve com filé de frango, cenoura e batata	- Risoto de moranga com filé de frango e tomate	- Creme de inhame e cenoura com pernil - Arroz simples	- Tutu de feijão com pernil desfiado, cebola, pimentão e tomate - Arroz simples Laranja pera	- Sopa de macarrão com feijão carioca, filé de frango, moranga e chuchu

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)	192,04	370,74	209,66	194,79	967,23
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	24,39	56,57	32,79	26,13	139,88
PROTEÍNAS (GRAMAS)	6,43	15,52	5,84	9,72	37,51
LÍPIDIOS (GRAMAS)	7,88	9,22	6,74	5,66	29,50
SÓDIO (MICROGRAMAS)	157,67	451,05	127,16	230,15	966,03

Observações:

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

Cardápio sujeito a alterações.

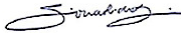

 GIOVANA RIDOLFI ABURACHID
 Nutricionista Responsável
 CRN - 11566 / BM - 101343-0

CARDÁPIO				SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL		 BELO HORIZONTE PREFEITURA
PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - UNIDADE DE ENSINO INFANTIL						
MÊS DE REFERÊNCIA				SETEMBRO		
FAIXA ETÁRIA				3 A 5 ANOS E 11 MESES		
REFEIÇÃO	SEGUNDA 28/09/2026	TERÇA 29/09/2026	QUARTA 30/09/2026	QUINTA 01/10/2026	SEXTA 02/10/2026	
CAFÉ DA MANHÃ	Creme de chocolate	Leite Pão simples com manteiga	Leite com canela (opcional) Rosquinha de chocolate	Suco de maracujá Ovos mexidos com farinha de milho	Leite Bolo de maçã com aveia	
ALMOÇO	Carne moída refogada Angu Salada de couve com cenoura cozida Arroz simples Feijão simples Maçã	Iscas de pernil aceboladas Purê de moranga Salada de repolho com tomate Arroz simples Feijão simples	Ovos cozidos Espaguete ao molho de tomate Salada de alface com cenoura ralada Arroz simples Feijão simples Abacaxi	Cubos de filé de frango refogados Batata-doce sauté Salada de abobrinha crua com tomate Arroz simples Feijão simples	Lombo de panela ao molho ferrugem Farofa de beterraba Salada de tomate Arroz simples Feijão simples Laranja pera	
LANCHE DA TARDE	Leite com canela (opcional) Biscoito cream cracker	Leite Manga palmer	Leite com chocolate Bolo de mel	Salada de frutas (banana, maçã e laranja) Farinha de aveia com leite em pó	Leite Banana prata	
JANTAR	Suco de laranja com cenoura - Pão francês com ovos mexidos e queijo	- Escondidinho de batata com filé de frango, abobrinha e cenoura - Arroz simples	- Canjiquinha com pernil, batata, couve e tomate	- Macarrão parafuso à bolonhesa com cenoura e tomate	- Estrogonofe com filé de frango, cenoura, tomate e aveia (EM Efigênia Vidigal) - 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)	209,51	360,18	197,39	219,70	986,78
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	26,49	53,29	29,87	27,57	137,22
PROTEÍNAS (GRAMAS)	6,82	15,26	6,23	10,64	38,95
LIPÍDIOS (GRAMAS)	8,67	9,53	6,58	7,29	32,07
SÓDIO (MICROGRAMAS)	129,70	447,43	130,14	317,77	1.025,04

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