



SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PARA UNIDADES DE EDUCAÇÃO INFANTIL, ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

UNIDADE DE ENSINO INFANTIL

CARDÁPIO: 02-03-2026 A 06-03-2026

FAIXA ETÁRIA: PMAE - 3 A 5 ANOS E 11 MESES

REFEIÇÃO	SEGUNDA 02-03-2026	TERÇA 03-03-2026	QUARTA 04-03-2026	QUINTA 05-03-2026	SEXTA 06-03-2026
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	SUCO DE MELANCIA OVOS MEXIDOS COM FARINHA DE MILHO	LEITE ROSQUINHA DE COCO	LEITE COM CANELA (OPCIONAL) BOLO SIMPLES	ARROZ DOCE
ALMOÇO	CARNE DE PANELA AO MOLHO FERRUGEM BATATA DOCE SAUTÉE SALADA DE ABOBRINHA COZIDA COM TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	ISCAS DE PERNIL ACEBOLADAS PURÊ DE MORANGA SALADA DE REPOLHO COM TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	OVOS COZIDOS MACARRÃO PARAFUSO AO ALHO E ÓLEO CENOURA E CHUCHU SAUTÉE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES LARANJA PERA	CUBOS DE FILÉ DE FRANGO COM ORA-PRO-NOBIS ANGU SALADA DE CENOURA COZIDA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	LOMBO DE PANELA FAROFÁ DE COUVE SALADA DE TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES
REFEIÇÃO DA TARDE	LEITE MAÇÃ	LEITE MANGA PALMER	LEITE PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE ROSQUINHA DE CHOCOLATE	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO E LARANJA) FARINHA DE AVEIA COM LEITE EM PÓ
JANTAR	- ESPAGUETE À BOLONHESA COM CENOURA E TOMATE	- ESCONDIDINHO DE BATATA COM FILÉ DE FRANGO, ABOBRINHA E CENOURA - ARROZ SIMPLES	- CANJIQUEINHA COM PERNIL, COUVE E TOMATE	SUCO DE LARANJA COM CENOURA - PÃO FRANCÊS COM OVOS MEXIDOS E QUEIJO	- ESTROGONOFE À VIDIGAL COM FILÉ DE FRANGO, CENOURA, TOMATE E AVEIA - ARROZ SIMPLES

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações.

ANA CAROLINA BARCELLOS GUIMARÃES E FARIA

Nutricionista Responsável
CRN - 7902

 MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE AO PERÍODO DE 02-03-2026 A 06-03-2026 SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL 					
FAIXA ETÁRIA: PMAE - 3 A 5 ANOS E 11 MESES					
INFORMAÇÕES	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	REFEIÇÃO DA TARDE	JANTAR	CONSOLIDADO / DIA
ENERGIA (KCAL)	207,36	389,71	184,27	255,79	1037,15
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	20,68	62,58	26,86	37,78	147,91
PROTEÍNAS (GRAMAS)	6,97	13,64	5,62	10,18	36,41
LIPÍDIOS (GRAMAS)	8,09	9,08	6,61	6,92	30,71
FIBRAS (GRAMAS)	0,63	6,01	1,33	1,92	9,89
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	66,45	7,38	65,65	14,62	154,09
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,08	0,22	0,10	0,17	0,57
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	1,10	16,76	22,40	15,11	55,37
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	150,98	46,33	155,12	64,59	417,02
FERRO (MILIGRAMAS)	0,36	1,08	0,28	0,71	2,44
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	17,99	30,64	21,36	15,03	85,02
SÓDIO (MILIGRAMAS)	134,52	505,08	118,48	304,41	1062,49
ZINCO (MILIGRAMAS)	0,69	1,43	0,58	0,99	3,68



SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PARA UNIDADES DE EDUCAÇÃO INFANTIL, ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

UNIDADE DE ENSINO INFANTIL

CARDÁPIO: 09-03-2026 A 13-03-2026

FAIXA ETÁRIA: PMAE - 3 A 5 ANOS E 11 MESES

REFEIÇÃO	SEGUNDA 09-03-2026	TERÇA 10-03-2026	QUARTA 11-03-2026	QUINTA 12-03-2026	SEXTA 13-03-2026
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE BOLO DE MAÇÃ COM AVEIA	LEITE COM CANELA (OPCIONAL) ROSQUINHA DE CHOCOLATE	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO E MAÇÃ) FARINHA DE AVEIA COM LEITE EM PÓ	SUCO DE MELANCIA COM LIMÃO OVOS MEXIDOS CREMOSOS
ALMOÇO	OVOS MEXIDOS COM CENOURA BATATA SAUTÉE ALMEIRÃO REFOGADO ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES ABACAXI	ESPAGUETE A BOLONHESA SALADA DE ALFACE COM CENOURA RALADA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	CARNE DE PANELA INHAME ENSOPADO SALADA DE BETERRABA COZIDA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	ISCAS DE FRANGO AO MOLHO BRANCO CHUCHU REFOGADO SALADA DE CENOURA RALADA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	FEIJOADA COM PERNIL FARINHA DOURADA COUVE REFOGADA SALADA DE TOMATE ARROZ SIMPLES LARANJA PERA
REFEIÇÃO DA TARDE	LEITE GOIABA	FRAPÊ DE MANGA ROSQUINHA DE COCO	LEITE MANGA PALMER	CREME DE CHOCOLATE COM CACAU	LEITE BOLO DE BANANA
JANTAR	- POLENTA AO MOLHO DE CARNE BOVINA, CENOURA E CHUCHU	- FEIJÃO ENRIQUECIDO COM PERNIL, MORANGA E BATATA DOCE - ARROZ SIMPLES LARANJA PERA	- GALINHADA COM FILÉ DE FRANGO	SUCO DE LARANJA COM COUVE - PÃO FRANCÊS À BOLONHESA COM TOMATE E PIMENTÃO	- SOPA DE MACARRÃO COM FILÉ DE FRANGO, ABOBRINHA E INHAME

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações.

ANA CAROLINA BARCELLOS GUIMARÃES E FARIA

Nutricionista Responsável
CRN - 7902

 MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE AO PERÍODO DE 09-03-2026 A 13-03-2026 SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL 					
FAIXA ETÁRIA: PMAE - 3 A 5 ANOS E 11 MESES					
INFORMAÇÕES	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	REFEIÇÃO DA TARDE	JANTAR	CONSOLIDADO / DIA
ENERGIA (KCAL)	193,73	385,60	211,38	247,73	1038,43
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	26,12	63,29	24,70	41,60	155,71
PROTEÍNAS (GRAMAS)	6,19	12,55	6,35	8,88	33,98
LIPÍDIOS (GRAMAS)	7,51	8,97	7,61	5,14	29,22
FIBRAS (GRAMAS)	1,00	6,24	2,79	2,97	13,00
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	55,62	5,93	69,59	0,30	131,44
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,09	0,22	0,08	0,19	0,57
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	6,00	23,00	41,26	25,57	95,83
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	127,18	49,82	176,96	22,87	376,83
FERRO (MILIGRAMAS)	0,46	1,28	0,25	0,76	2,74
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	20,74	34,05	21,44	20,56	96,79
SÓDIO (MILIGRAMAS)	148,82	481,42	86,91	255,58	972,74
ZINCO (MILIGRAMAS)	0,62	1,58	0,62	1,06	3,88



SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



**BELO
HORIZONTE**
PREFEITURA

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PARA UNIDADES DE EDUCAÇÃO INFANTIL, ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

UNIDADE DE ENSINO INFANTIL

CARDÁPIO: 16-03-2026 A 20-03-2026

FAIXA ETÁRIA: PMAE - 3 A 5 ANOS E 11 MESES

REFEIÇÃO	SEGUNDA 16-03-2026	TERÇA 17-03-2026	QUARTA 18-03-2026	QUINTA 19-03-2026	SEXTA 20-03-2026
CAFÉ DA MANHÃ	ARROZ DOCE	LEITE BOLO DE CENOURA	VITAMINA DE ABACATE ROSQUINHA DE COCO	LEITE PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	SUCO DE MARACUJÁ COM MANGA OVOS MEXIDOS COM FARINHA DE MANDIOCA
ALMOÇO	CARNE MOÍDA COM QUIABO E TOMATE ABOBRINHA REFOGADA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES ANGU MAMÃO	CUBOS DE PERNIL ENSOPADOS FAROFÁ DE FEIJÃO COM OVOS ARROZ SIMPLES COUVE REFOGADA SALADA DE TOMATE	FILÉ DE FRANGO ORIENTAL (PIMENTÃO, CENOURA E REPOLHO) SALADA DE BETERRABA RALADA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES MAÇÃ	OMELETE COM TOMATE E QUEIJO CENOURA E CHUCHU SAUTÉE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES LARANJA PERA	COXA E SOBRECOXA ASSADA MAIONESE DE LEGUMES (BATATA, CENOURA E VAGEM) SALADA DE ALFACE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES
REFEIÇÃO DA TARDE	LEITE PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE MANGA PALMER	LEITE BOLO DE MAÇÃ COM AVEIA	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO E MAÇÃ) FARINHA DE AVEIA COM LEITE EM PÓ	LEITE BANANA PRATA
JANTAR	- MACARRÃO PARAFUSO AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA COM OVOS COZIDOS SUCO DE ABACAXI COM HORTELÃ	- ESTROGONOFÉ À VIDIGAL COM FILÉ DE FRANGO, CENOURA, TOMATE E AVEIA - ARROZ SIMPLES	- CANJIQUEINHA COM PERNIL, CENOURA E REPOLHO	- FEIJÃO ENRIQUECIDO COM PERNIL, BATATA DOCE E BETERRABA - ARROZ SIMPLES	- VACA ATOLADA - ARROZ SIMPLES

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações.

ANA CAROLINA BARCELLOS GUIMARÃES E FARIA

Nutricionista Responsável
CRN - 7902



**MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE
AO PERÍODO DE 16-03-2026 A 20-03-2026**

SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



FAIXA ETÁRIA: PMAE - 3 A 5 ANOS E 11 MESES

INFORMAÇÕES	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	REFEIÇÃO DA TARDE	JANTAR	CONSOLIDADO / DIA
ENERGIA (KCAL)	225,96	381,57	180,42	238,46	1026,42
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	23,46	59,93	26,50	38,11	147,99
PROTEÍNAS (GRAMAS)	6,78	13,93	5,83	8,16	34,69
LIPÍDIOS (GRAMAS)	9,12	9,49	6,34	5,75	30,69
FIBRAS (GRAMAS)	1,33	6,57	1,41	2,62	11,94
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	63,92	5,36	65,93	4,77	139,98
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,08	0,21	0,11	0,18	0,57
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	1,31	27,19	22,54	7,24	58,28
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	145,78	55,02	156,37	28,49	385,65
FERRO (MILIGRAMAS)	0,35	1,25	0,41	0,71	2,73
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	18,03	36,25	26,76	15,85	96,89
SÓDIO (MILIGRAMAS)	132,18	486,56	114,07	221,34	954,15
ZINCO (MILIGRAMAS)	0,68	1,52	0,64	0,86	3,70



SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



**BELO
HORIZONTE**
PREFEITURA

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PARA UNIDADES DE EDUCAÇÃO INFANTIL, ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

UNIDADE DE ENSINO INFANTIL

CARDÁPIO: 23-03-2026 A 27-03-2026

FAIXA ETÁRIA: PMAE - 3 A 5 ANOS E 11 MESES

REFEIÇÃO	SEGUNDA 23-03-2026	TERÇA 24-03-2026	QUARTA 25-03-2026	QUINTA 26-03-2026	SEXTA 27-03-2026
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE COM CANELA (OPCIONAL) PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	LEITE BOLO DE CENOURA	SUCO DE MELANCIA OVOS MEXIDOS CREMOSOS	LEITE ROSQUINHA DE CHOCOLATE	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO E MAÇÃ) FARINHA DE AVEIA COM LEITE EM PÓ
ALMOÇO	CARNE MOÍDA COM CHUCHU SALADA DE ALFACE SALADA DE BETERRABA RALADA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES MAÇÃ	CUBOS DE PERNIL ACEBOLADOS SALADA DE REPOLHO COM CENOURA RALADA ARROZ SIMPLES FEIJÃO PRETO	ESTROGONOFÉ DE CARNE BOVINA BATATA PALITO ASSADA SALADA DE TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	OVOS COZIDOS MACARRÃO PARAFUSO COM MOLHO DE ABOBRINHA SALADA DE BETERRABA RALADA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES LARANJA PERA	BOBÓ DE FRANGO SALADA DE COUVE COM CENOURA COZIDA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES
REFEIÇÃO DA TARDE	ARROZ DOCE	VITAMINA DE ABACATE ROSQUINHA DE COCO	LEITE MANGA PALMER	LEITE BANANA PRATA	SUCO DE ABACAXI BOLO SIMPLES CREME BRANCO PARA BOLO
JANTAR	- SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, CENOURA, BATATA E COUVE	- RISOTO DE MORANGA COM FILÉ DE FRANGO E TOMATE LARANJA PERA	- FEIJÃO TROPEIRO COM OVOS, PERNIL E COUVE - ARROZ SIMPLES	- CREME DE INHAME E CENOURA COM PERNIL - ARROZ SIMPLES	- MINISTRONE COM CARNE BOVINA, MORANGA E CHUCHU

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações.

ANA CAROLINA BARCELLOS GUIMARÃES E FARIA

Nutricionista Responsável
CRN - 7902

 MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE AO PERÍODO DE 23-03-2026 A 27-03-2026 SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL  BELO HORIZONTE P R E F E I T U R A					
FAIXA ETÁRIA: PMAE - 3 A 5 ANOS E 11 MESES					
INFORMAÇÕES	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	REFEIÇÃO DA TARDE	JANTAR	CONSOLIDADO / DIA
ENERGIA (KCAL)	196,76	371,38	236,31	216,64	1021,09
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	24,14	62,94	29,99	33,63	150,70
PROTEÍNAS (GRAMAS)	6,93	12,37	6,42	7,99	33,71
LIPÍDIOS (GRAMAS)	8,32	7,59	8,05	5,61	29,57
FIBRAS (GRAMAS)	0,91	6,09	1,80	3,40	12,20
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	54,51	5,93	65,22	0,56	126,22
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,08	0,20	0,09	0,16	0,54
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	5,32	18,42	23,07	16,86	63,68
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	154,16	43,06	169,01	26,89	393,12
FERRO (MILIGRAMAS)	0,42	1,19	0,31	0,74	2,66
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	20,83	30,92	24,78	22,57	99,10
SÓDIO (MILIGRAMAS)	165,50	411,40	84,33	223,17	884,40
ZINCO (MILIGRAMAS)	0,71	1,56	0,66	1,08	4,01



SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



**BELO
HORIZONTE**
PREFEITURA

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PARA UNIDADES DE EDUCAÇÃO INFANTIL, ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

UNIDADE DE ENSINO INFANTIL

CARDÁPIO: 30-03-2026 A 01-04-2026

FAIXA ETÁRIA: PMAE - 3 A 5 ANOS E 11 MESES

REFEIÇÃO	SEGUNDA 30-03-2026	TERÇA 31-03-2026	QUARTA 01-04-2026		
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE ROSQUINHA DE COCO	SUCO DE MELANCIA COM LIMÃO OVOS MEXIDOS COM FARINHA DE MILHO	LEITE BOLO DE CHOCOLATE COM CACAU (SEM AÇÚCAR) CREME DE CACAU PARA BOLO (SEM AÇÚCAR)		
ALMOÇO	CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE MACARRÃO PARAFUSO AO ALHO E ÓLEO CENOURA E CHUCHU SAUTÉE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	CARNE DE PANELA AO MOLHO FERRUGEM BATATA DOCE SAUTÉE SALADA DE ABOBRINHA COZIDA COM TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES LARANJA PERA	CUBOS DE PERNIL ENSOPADOS MORANGA REFOGADA SALADA DE REPOLHO COM TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES		
REFEIÇÃO DA TARDE	LEITE MAÇÃ	LEITE PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE MANGA PALMER		
JANTAR	- ARROZ SIMPLES - ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOÍDA, ABOBRINHA E TOMATE	- CANJIQUEINHA COM PERNIL, COUVE E TOMATE	- MACARRÃO PARAFUSO COM MOLHO DE FILÉ DE FRANGO, TOMATE E REPOLHO		

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações.

ANA CAROLINA BARCELLOS GUIMARÃES E FARIA

Nutricionista Responsável
CRN - 7902

 MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE AO PERÍODO DE 30-03-2026 A 01-04-2026 SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL 					
FAIXA ETÁRIA: PMAE - 3 A 5 ANOS E 11 MESES					
INFORMAÇÕES	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	REFEIÇÃO DA TARDE	JANTAR	CONSOLIDADO / DIA
ENERGIA (KCAL)	171,83	387,44	176,51	257,58	993,36
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	11,47	62,82	25,42	37,56	137,28
PROTEÍNAS (GRAMAS)	6,06	11,97	5,88	10,89	34,80
LIPÍDIOS (GRAMAS)	6,96	9,55	6,32	6,87	29,70
FIBRAS (GRAMAS)	0,36	5,97	1,24	1,93	9,50
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	49,60	0,00	78,13	8,42	136,15
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,05	0,22	0,12	0,16	0,55
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	2,85	24,18	25,56	7,39	59,98
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	122,64	31,89	175,96	38,47	368,96
FERRO (MILIGRAMAS)	0,35	1,24	0,27	0,84	2,69
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	14,79	28,47	21,18	11,79	76,22
SÓDIO (MILIGRAMAS)	78,61	508,61	132,72	258,55	978,49
ZINCO (MILIGRAMAS)	0,53	1,85	0,63	1,45	4,46