

CARDÁPIO				SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL		 BELO HORIZONTE PREFEITURA	
PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - UNIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL E EJA							
MÊS DE REFERÊNCIA				SETEMBRO			
FAIXA ETÁRIA				FUNDAMENTAL - 6 A 15 ANOS			
REFEIÇÃO	SEGUNDA 31/08/2026	TERÇA 01/09/2026	QUARTA 02/09/2026	QUINTA 03/09/2026	SEXTA 04/09/2026		
CAFÉ DA MANHÃ	Café com leite	Leite caramelado	Limonada suíça	Café com leite	Creme de chocolate		
	Pão simples com manteiga	Rosquinha de coco Banana prata	Ovos mexidos com farinha de milho	Bolo de mel			
ALMOÇO	Ovos cozidos	Cubos de filé de frango ao molho de tomate	Iscas de pernil aceboladas	Carne moída ao molho de tomate	Lombo assado com molho barbecue		
	Abobrinha à italiana (pimentão, cebola e tomate) Salada de acelga Arroz simples Tutu de feijão Abacaxi	Angu Salada de couve com cenoura cozida Arroz simples Feijão simples	Batata-doce assada Salada de beterraba cozida com tomate Arroz simples Feijão simples	Macarrão parafuso ao alho e óleo Salada de alface com cenoura ralada Arroz simples Feijão simples	Farofa de cenoura Salada de tomate com vagem Arroz simples Feijão simples Laranja pera		
REFEIÇÃO DA TARDE	- Sopa de macarrão com feijão carioca, carne moída, moranga e chuchu Banana nanica	- Arroz temperado com pernil, cenoura e chuchu	- Estrogonofe com filé de frango, cenoura, tomate e aveia (EM Efigênia Vidigal) - Arroz simples Laranja pera	- Pão francês com ovos mexidos e queijo Suco de manga	- Salpicão de frango com repolho, cenoura e maionese caseira - Arroz simples Melancia		



MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE AO PERÍODO DO CARDÁPIO

INFORMAÇÕES	REFEIÇÕES DIÁRIAS			CONSOLIDADO/DIA
	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	REFEIÇÃO DA TARDE	
ENERGIA (KCAL)	319,61	425,91	330,46	1.075,98
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	47,70	60,35	47,90	155,95
PROTEÍNAS (GRAMAS)	9,38	20,67	15,05	45,10
LÍPIDIOS (GRAMAS)	10,72	11,05	8,73	30,50
SÓDIO (MICROGRAMAS)	188,87	486,61	365,36	1.040,84

Observações:

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

Cardápio sujeito a alterações.



ELINE MARTINS VIANA DA COSTA
Nutricionista Responsável
CRN - 13076 / BM 101890-4

CARDÁPIO				SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL		BELO HORIZONTE PREFEITURA	
PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - UNIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL E EJA							
MÊS DE REFERÊNCIA				SETEMBRO			
FAIXA ETÁRIA				FUNDAMENTAL - 6 A 15 ANOS			
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		Limonada suíça Ovos mexidos cremosos	Café com leite Bolo de limão	Leite caramelado Rosquinha de chocolate	Leite com canela (opcional) Pão francês com queijo		
ALMOÇO		Carne moída ao molho de tomate Inhamé ensopado Salada de beterraba cozida Arroz simples Feijão simples Melancia	Isclas de filé de frango ao molho branco Chuchu refogado Salada de tomate Arroz simples Feijão simples	Feijoada com pernil Farofa de couve Vinagrete Arroz simples Laranja pera	Espaguete à bolonhesa Salada de alface com cenoura ralada Arroz simples Feijão simples		
REFEIÇÃO DA TARDE		- Canjica com coco e amendoim	- Feijão preto enriquecido com pernil, moranga e batata-doce - Arroz simples Abacaxi	- Pão francês à bolonhesa com tomate e pimentão Suco de limão com couve	- Macarronese de filé de frango com repolho, cenoura e maionese caseira Maçã		

</

MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE AO PERÍODO DO CARDÁPIO

INFORMAÇÕES	REFEIÇÕES DIÁRIAS			CONSOLIDADO/DIA
	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	REFEIÇÃO DA TARDE	
ENERGIA (KCAL)	336,73	426,46	340,91	1.104,10
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	42,43	60,54	55,21	158,18
PROTEÍNAS (GRAMAS)	11,99	21,82	14,00	47,81
LIPÍDIOS (GRAMAS)	13,49	10,66	7,22	31,37
SÓDIO (MICROGRAMAS)	319,42	454,10	246,78	1.020,30

Observações:

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

Cardápio sujeito a alterações.

CARDÁPIO				SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL		 BELO HORIZONTE PREFEITURA	
PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - UNIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL E EJA							
MÊS DE REFERÊNCIA			SETEMBRO				
FAIXA ETÁRIA			FUNDAMENTAL - 6 A 15 ANOS				
REFEIÇÃO	SEGUNDA 14/09/2026	TERÇA 15/09/2026	QUARTA 16/09/2026	QUINTA 17/09/2026	SEXTA 18/09/2026		
CAFÉ DA MANHÃ	Café com leite	Vitamina de banana	Suco de maracujá com manga	Leite com chocolate	Delícia tropical de manga		
	Pão simples com manteiga	Rosquinha de chocolate	Ovos mexidos com farinha de mandioca	Bolo de mel			
ALMOÇO	Carne moída com quiabo	Filé de frango oriental (cenoura, repolho e pimentão)	Feijão tropeiro com pernil	Ovos cozidos	Coxa e sobrecoxa assadas		
	Angu	Salada de alface	Couve refogada	Macarrão parafuso com molho de abobrinha	Repolhonese com maionese caseira		
	Salada de beterraba cozida	Arroz simples	Vinagrete	Salada de chuchu cozido	Salada de tomate com pepino		
	Arroz simples	Feijão simples	Arroz simples	Arroz simples	Arroz simples		
	Feijão simples	Melão	Limonada	Feijão simples	Feijão simples		
				Laranja pera	Abacaxi		
REFEIÇÃO DA TARDE	- Canjiquinha com pernil, moranga e acelga	Suco de limão com cenoura	- Salpicão de frango com repolho, cenoura e maionese caseira	- Farofão de arroz com carne moída, almeirão, cenoura e tomate	- Macarrão na chapa com pernil, cenoura, repolho roxo e pimentão		
	Laranja pera	Fatia marguerita com queijo	- Arroz simples	Limonada suíça	Maçã		
		Banana prata					

MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE AO PERÍODO DO CARDÁPIO				
INFORMAÇÕES	REFEIÇÕES DIÁRIAS			CONSOLIDADO/DIA
	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	REFEIÇÃO DA TARDE	
ENERGIA (KCAL)	297,54	433,54	257,27	988,35
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	40,65	57,13	40,29	138,07
PROTEÍNAS (GRAMAS)	9,08	22,08	9,31	40,47
LIPÍDIOS (GRAMAS)	11,41	12,93	6,87	31,21
SÓDIO (MICROGRAMAS)	172,06	433,27	243,44	848,77

Observações:

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

Cardápio sujeito a alterações.


ELINE MARTINS VIANA DA COSTA
Nutricionista Responsável
CRN - 13076 / BM 101890-4

MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE AO PERÍODO DO CARDÁPIO

INFORMAÇÕES	REFEIÇÕES DIÁRIAS			CONSOLIDADO/DIA
	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	REFEIÇÃO DA TARDE	
ENERGIA (KCAL)	297,54	433,54	257,27	988,35
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	40,65	57,13	40,29	138,07
PROTEÍNAS (GRAMAS)	9,08	22,08	9,31	40,47
LIPÍDIOS (GRAMAS)	11,41	12,93	6,87	31,21
SÓDIO (MICROGRAMAS)	172,06	433,27	243,44	848,77

Observações:

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

Cardápio sujeito a alterações.


 ELINE MARTINS VIANA DA COSTA
 Nutricionista Responsável
 CRN - 13076 / BM 101890-4

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 FUNDAMENTAL E EJA												
MÊS DE REFERÊNCIA				SETEMBRO								
FAIXA ETÁRIA				FUNDAMENTAL - 6 A 15 ANOS								
REFEIÇÃO	SEGUNDA 21/09/2026	TERÇA 22/09/2026	QUARTA 23/09/2026	QUINTA 24/09/2026	SEXTA 25/09/2026							
CAFÉ DA MANHÃ	Limonada	Salada de frutas (banana, mamão e maçã)	Café com leite	Leite caramelado	Café com leite							
	Ovos mexidos cremosos	Farinha de aveia com leite em pó	Pão francês com manteiga	Rosquinha de coco	Bolo de fubá com laranja							
ALMOÇO	Carne moída refogada	Cubos de pernil refogados com cebola e pimentão	Bobó de frango	Omelete com tomate e queijo	Lagarto bovino ao molho ferrugem							
	Purê de moranga	Cenoura sautéé	Salada de couve com tomate	Salada de batata e vagem cozida	Virado de abobrinha (sem ovos)							
	Salada de alface com tomate	Salada de repolho	Arroz simples	Arroz simples	Salada de tomate							
	Arroz simples	Molho de limão	Feijão simples	Feijão simples	Arroz simples							
	Feijão simples	Arroz simples	Feijão batido Abacaxi		Feijão simples							
REFEIÇÃO DA TARDE	- Sardinha gratinada com batata	Suco de laranja com mamão	- Feijão tropeiro com ovos, pernil e couve	- Macarrão parafuso com molho de carne moída, cenoura e tomate	- Feijoada com linguiça							
	- Arroz simples	Bolo de cenoura	- Arroz simples		- Salada de couve							
	Melancia	Cobertura de chocolate	Limonada		- Arroz simples							
			Banana prata			Laranja pera						



Observações:

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

Cardápio sujeito a alterações.



ELINE MARTINS VIANA DA COSTA
Nutricionista Responsável
CRN - 13076 / BM 101890-4

SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL

PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - UNIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

MÊS DE REFERÊNCIA

SETEMBRO

FAIXA ETÁRIA

FUNDAMENTAL - 6 A 15 ANOS

REFEIÇÃO	SEGUNDA 28/09/2026	TERÇA 29/09/2026	QUARTA 30/09/2026	QUINTA 01/10/2026	SEXTA 02/10/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Suco de manga com limão Ovos mexidos com farinha de milho	Café com leite Rosquinha de coco Banana prata	Creme de chocolate	Leite com mel e canela Pão francês com manteiga	Leite caramelado Bolo de maçã com aveia
ALMOÇO	Ovos cozidos Macarrão parafuso ao alho e óleo Cenoura e chuchu sauté Arroz simples Feijão simples Laranja pera	Cubos de filé de frango refogados Couve refogada Angu Salada de cenoura ralada Arroz simples Feijão simples	Iscas de pernil aceboladas Batata-doce assada Salada de beterraba cozida com tomate Arroz simples Feijão simples	Iscas de filé de frango com cebola e pimentão Chuchu refogado Salada de alface com tomate Arroz simples Feijão simples	Lombo de panela ao molho ferrugem Farofa de ora-pro-nóbis (EM Sebastiana Novais) Salada de tomate com pepino Arroz simples Feijão simples Abacaxi
REFEIÇÃO DA TARDE	- Macarrão parafuso com molho de pernil, abobrinha e tomate Banana nanica	- Pão francês com ovos mexidos e queijo Suco de laranja com cenoura	- Estrogonofe com filé de frango, cenoura, tomate e aveia (EM Efigênia Vidigal) - Arroz simples Maçã	- Baião com pernil, repolho e tomate Melão	- 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	REFEIÇÃO DA TARDE	
ENERGIA (KCAL)	327,24	424,08	389,78	1.141,10
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	48,53	59,66	59,76	167,95
PROTEÍNAS (GRAMAS)	10,20	21,04	16,59	47,83
LIPÍDIOS (GRAMAS)	10,69	11,05	9,40	31,14
SÓDIO (MICROGRAMAS)	235,99	498,84	376,80	1.111,63

Observações:

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

Cardápio sujeito a alterações.

ELINE MARTINS VIANA DA COSTA
Nutricionista Responsável
CRN - 13076 / BM 101890-4