



SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



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

UNIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

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	ARROZ DOCE	SUCO DE LARANJA COM MAMÃO OVOS MEXIDOS COM FARINHA DE MILHO	LEITE ROSQUINHA DE COCO BANANA PRATA	LEITE PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE BOLO DE MAÇÃ COM AVEIA
ALMOÇO	CARNE DE PANELA AO MOLHO FERRUGEM PURÊ DE BATATA SALADA DE ALFACE COM TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	ISCAS DE PERNIL ACEBOLADAS BATATA DOCE ASSADA SALADA DE ABOBRINHA COZIDA COM TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	CUBOS DE FILÉ DE FRANGO COM ORA-PRO-NOBIS ANGU SALADA DE CENOURA COZIDA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	OVOS COZIDOS MACARRÃO PARAFUSO AO ALHO E ÓLEO CENOURA E CHUCHU SAUTÉE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES LARANJA PERA	LOMBO ASSADO COM MOLHO BARBECUE FAROFÁ DE COUVE SALADA DE TOMATE COM PEPINO ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES ABACAXI
REFEIÇÃO DA TARDE	LEITE BANANA NANICA	LEITE ROSQUINHA DE CHOCOLATE	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO E MAÇÃ) FARINHA DE AVEIA COM LEITE EM PÓ	LEITE MANGA PALMER	LEITE PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA
JANTAR	- MACARRÃO PARAFUSO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA, ABOBRINHA E TOMATE	- ESTROGONOFÉ À VIDIGAL COM FILÉ DE FRANGO, CENOURA, TOMATE E AVEIA - ARROZ SIMPLES	- PÃO FRANCÊS COM OVOS MEXIDOS E QUEIJO SUCO DE LARANJA COM CENOURA	- ARROZ TEMPERADO COM PERNIL, CENOURA E VAGEM	- SALPICÃO DE FRANGO COM REPOLHO, CENOURA E MAIONESE CASEIRA - 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)	231,36	402,35	192,13	283,93	1109,77
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	26,93	66,09	28,84	44,77	166,62
PROTEÍNAS (GRAMAS)	7,30	13,97	5,78	10,82	37,87
LIPÍDIOS (GRAMAS)	8,13	8,87	6,62	6,52	30,14
FIBRAS (GRAMAS)	1,30	6,24	1,47	2,02	11,03
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	65,36	7,38	65,65	12,37	150,76
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,10	0,25	0,09	0,17	0,61
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	18,91	22,02	20,18	12,92	74,03
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	154,57	49,64	154,19	57,21	415,61
FERRO (MILIGRAMAS)	0,46	1,19	0,32	0,70	2,67
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	23,93	33,88	25,68	13,67	97,17
SÓDIO (MILIGRAMAS)	133,76	509,23	118,48	288,35	1049,82
ZINCO (MILIGRAMAS)	0,73	1,47	0,61	1,02	3,83



SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



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

UNIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

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 DOCE SIMPLES COM QUEIJO	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAÇÃ E LARANJA) FARINHA DE AVEIA COM LEITE EM PÓ	LEITE BOLO DE FUBÁ COM LARANJA	LEITE COM CANELA (OPCIONAL) ROSQUINHA DE CHOCOLATE	LIMONADA SUÍÇA OVOS MEXIDOS CREMOSOS
ALMOÇO	OVOS MEXIDOS COM CENOURA BATATA SAUTÉE SALADA DE ALMEIRÃO MOLHO DE LIMÃO ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES ABACAXI	CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE MACARRÃO PARAFUSO AO ALHO E ÓLEO SALADA DE ALFACE COM CENOURA RALADA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	ISCAS DE FRANGO AO MOLHO BRANCO CHUCHU REFOGADO SALADA DE CENOURA RALADA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	CARNE DE PANELA INHAME ENSOPADO SALADA DE BETERRABA COZIDA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	FEIJOADA COM PERNIL FAROFÁ DE COUVE VINAGRETE ARROZ SIMPLES LARANJA PERA
REFEIÇÃO DA TARDE	LEITE BANANA NANICA	ARROZ DOCE	LEITE MANGA PALMER	LEITE BOLO DE BANANA	FRAPÊ DE MANGA ROSQUINHA DE COCO
JANTAR	- ESTROGONOFÉ DE CARNE BOVINA COM CENOURA E TOMATE - ARROZ SIMPLES	- GALINHADA COM FILÉ DE FRANGO	- FEIJÃO ENRIQUECIDO COM PERNIL, MORANGA E BATATA DOCE - ARROZ SIMPLES MELANCIA	- PÃO FRANCÊS À BOLONHESA COM TOMATE E PIMENTÃO SUCO DE LARANJA COM MAMÃO	- MACARRONESE DE FILÉ DE FRANGO COM REPOLHO, CENOURA E MAIONESE CASEIRA

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)	204,39	382,84	222,75	287,00	1096,97
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	26,23	62,66	27,39	48,53	164,81
PROTEÍNAS (GRAMAS)	6,89	12,47	6,56	10,40	36,32
LIPÍDIOS (GRAMAS)	8,32	8,97	7,53	5,51	30,32
FIBRAS (GRAMAS)	0,94	6,13	1,39	2,92	11,38
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	54,33	5,93	69,59	6,72	136,57
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,08	0,22	0,08	0,18	0,55
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	8,18	20,86	16,87	19,76	65,67
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	157,46	46,24	176,73	38,70	419,13
FERRO (MILIGRAMAS)	0,48	1,29	0,25	0,82	2,83
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	19,45	33,06	24,50	19,10	96,11
SÓDIO (MILIGRAMAS)	152,19	476,38	86,99	246,34	961,91
ZINCO (MILIGRAMAS)	0,82	1,58	0,69	1,15	4,23



SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



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

UNIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

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 PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	SUCO DE ABACAXI OVOS MEXIDOS COM FARINHA DE MANDIOCA	LEITE BOLO DE LIMÃO	VITAMINA DE ABACATE ROSQUINHA DE CHOCOLATE
ALMOÇO	CARNE MOÍDA COM CHUCHU ANGU SALADA DE BETERRABA COZIDA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	FILÉ DE FRANGO ORIENTAL (PIMENTÃO, CENOURA E REPOLHO) SALADA DE TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES MELÃO	FEIJÃO TROPEIRO COM PERNIL COUVE REFOGADA VINAGRETE ARROZ SIMPLES LIMONADA	OMELETE COM TOMATE SALADA DE BATATA E VAGEM COZIDA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES LARANJA PERA	COXA E SOBRECORA ASSADA MAIONESE CASEIRA DE BATATA, CENOURA E CHUCHU SALADA DE ALFACE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES ABACAXI
REFEIÇÃO DA TARDE	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO E ABACAXI) FARINHA DE AVEIA COM LEITE EM PÓ	SUCO DE LIMÃO COM CENOURA FATIA MARGUERITA	LEITE MAÇÃ	LEITE PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE MANGA PALMER
JANTAR	- CANJIQUEIRA COM PERNIL, MORANGA E ACELGA	- ARROZ TEMPERADO COM OVOS, COUVE, TOMATE E CENOURA	- SALPICÃO DE FRANGO COM REPOLHO, CENOURA E MAIONESE CASEIRA - ARROZ SIMPLES	- FAROFÃO DE ARROZ COM CARNE BOVINA, ALMEIRÃO, CENOURA E TOMATE LIMONADA	- MACARRÃO NA CHAPA COM PERNIL, CENOURA, REPOLHO ROXO E PIMENTÃO
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)	219,11	392,17	162,32	251,25	1024,85
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	29,01	63,92	23,47	41,91	158,31
PROTEÍNAS (GRAMAS)	6,77	14,23	5,21	8,31	34,53
LIPÍDIOS (GRAMAS)	8,70	8,85	5,84	5,37	28,76
FIBRAS (GRAMAS)	1,41	6,47	1,24	1,89	11,01
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	64,64	6,39	56,90	3,97	131,89
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,10	0,25	0,10	0,17	0,63
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	5,43	28,28	20,75	6,54	61,00
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	149,93	50,91	141,43	26,98	369,24
FERRO (MILIGRAMAS)	0,38	1,35	0,34	0,53	2,59
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	19,54	37,74	20,94	8,96	87,19
SÓDIO (MILIGRAMAS)	147,52	428,58	130,62	218,44	925,16
ZINCO (MILIGRAMAS)	0,69	1,55	0,58	0,83	3,65



SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



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

UNIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

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 PÃO DOCE SIMPLES COM MANTEIGA	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO E LARANJA) FARINHA DE AVEIA COM LEITE EM PÓ	SUCO DE MELANCIA COM LIMÃO OVOS MEXIDOS CREMOSOS	LEITE ROSQUINHA DE CHOCOLATE	LEITE BOLO DE LIMÃO
ALMOÇO	OVOS COZIDOS MACARRÃO PARAFUSO COM MOLHO DE TOMATE SALADA DE BETERRABA COZIDA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES LARANJA PERA	CUBOS DE PERNIL ENSOPADOS VIRADO DE COUVE SALADA DE TOMATE COM PEPINO ARROZ SIMPLES FEIJÃO BATIDO	CARNE MOÍDA COM TOMATE E PIMENTÃO MORANGA REFOGADA SALADA DE REPOLHO MOLHO DE LIMÃO ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	BOBÓ DE FRANGO SALADA DE ALMEIRÃO COM CENOURA RALADA MOLHO SIMPLES ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	ESTROGONOFE DE CARNE BOVINA BATATA PALITO ASSADA SALADA DE ALFACE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES ABACAXI
REFEIÇÃO DA TARDE	LEITE MAMÃO	SUCO DE MARACUJÁ BOLO DE CENOURA COBERTURA DE CHOCOLATE COM CACAU	ARROZ DOCE	VITAMINA DE ABACATE ROSQUINHA DE COCO	LEITE MANGA PALMER
JANTAR	- ARROZ TEMPERADO COM CARNE BOVINA, CENOURA E REPOLHO	- RISOTO DE MORANGA COM FILÉ DE FRANGO E TOMATE MAÇÃ	- FEIJÃO TROPEIRO COM OVOS, PERNIL E COUVE - ARROZ SIMPLES LIMONADA	- MACARRÃO PARAFUSO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA, CENOURA E TOMATE	- FEIJÃO COM PERNIL - SALADA DE COUVE - 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 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)	191,14	379,49	215,19	287,87	1073,69		
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	25,50	62,97	25,79	49,79	164,04		
PROTEÍNAS (GRAMAS)	6,21	12,60	5,56	9,51	33,88		
LIPÍDIOS (GRAMAS)	7,47	8,40	7,78	5,55	29,20		
FIBRAS (GRAMAS)	0,84	6,02	1,64	4,21	12,71		
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	56,16	5,93	56,96	0,56	119,60		
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,07	0,23	0,07	0,17	0,55		
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	9,39	23,36	24,45	7,76	64,95		
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	132,60	46,16	148,55	28,23	355,54		
FERRO (MILIGRAMAS)	0,50	1,28	0,22	0,91	2,92		
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	20,13	33,33	19,40	18,79	91,66		
SÓDIO (MILIGRAMAS)	136,41	457,94	76,22	213,15	883,72		
ZINCO (MILIGRAMAS)	0,72	1,58	0,58	1,19	4,08		



SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



**BELO
HORIZONTE**
PREFEITURA

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

UNIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

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 PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE ROSQUINHA DE COCO BANANA PRATA	LEITE BOLO DE CHOCOLATE COM CACAU COBERTURA DE CHOCOLATE COM CACAU		
ALMOÇO	CARNE DE PANELA AO MOLHO FERRUGEM PURÊ DE BATATA SALADA DE ALFACE COM TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	ISCAS DE PERNIL ACEBOLADAS BATATA DOCE ASSADA SALADA DE ABOBRINHA COZIDA COM TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	CUBOS DE FILÉ DE FRANGO COM ORA-PRO-NOBIS ANGU SALADA DE CENOURA COZIDA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES LARANJA PERA		
REFEIÇÃO DA TARDE	LEITE BANANA NANICA	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO E MAÇÃ) FARINHA DE AVEIA COM LEITE EM PÓ	LEITE PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA		
JANTAR	- MACARRÃO PARAFUSO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA, ABOBRINHA E TOMATE	- ESTROGONOFÉ À VIDIGAL COM FILÉ DE FRANGO, CENOURA, TOMATE E AVEIA - ARROZ SIMPLES	- ARROZ TEMPERADO COM PERNIL, CENOURA 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 30-03-2026 A 01-04-2026			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)		268,63	380,73	167,86	293,71	1110,92		
CARBOIDRATOS (GRAMAS)		27,05	62,34	25,49	49,70	164,58		
PROTEÍNAS (GRAMAS)		7,72	13,58	5,60	9,98	36,88		
LIPÍDIOS (GRAMAS)		10,29	8,33	5,42	5,70	29,74		
FIBRAS (GRAMAS)		1,08	6,18	1,49	2,13	10,89		
VITAMINA A (MICROGRAMAS)		82,20	8,42	63,69	6,02	160,33		
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)		0,10	0,22	0,09	0,15	0,57		
VITAMINA C (MILIGRAMAS)		5,61	24,88	8,82	2,05	41,36		
CÁLCIO (MILIGRAMAS)		183,55	50,02	139,70	28,66	401,93		
FERRO (MILIGRAMAS)		0,38	1,07	0,43	0,67	2,54		
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)		26,30	33,71	29,64	9,12	98,78		
SÓDIO (MILIGRAMAS)		175,77	497,30	119,39	226,53	1018,99		
ZINCO (MILIGRAMAS)		0,70	1,62	0,63	1,04	3,99		