

 SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL BELO HORIZONTE P R E F E I T U R A					
ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PARA UNIDADES DE EDUCAÇÃO INFANTIL, ENSINO FUNDAMENTAL E EJA					
UNIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL E EJA					
CARDÁPIO: 02-03-2026 A 05-03-2026					
FAIXA ETÁRIA: PMAE - ACIMA DE 16 ANOS EJA NE					
REFEIÇÃO	SEGUNDA 02-03-2026	TERÇA 03-03-2026	QUARTA 04-03-2026	QUINTA 05-03-2026	
JANTAR	- MACARRÃO PARAFUSO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA, ABOBRINHA E TOMATE BANANA NANICA	- ESTROGONOFE À VIDIGAL COM FILÉ DE FRANGO, CENOURA, TOMATE E AVEIA - ARROZ SIMPLES MELÃO	- SALPICÃO DE FRANGO COM REPOLHO, CENOURA E MAIONESE CASEIRA - ARROZ SIMPLES	- ARROZ TEMPERADO COM PERNIL, CENOURA E VAGEM MAÇA	
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 05-03-2026 SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL 		
FAIXA ETÁRIA: PMAE - ACIMA DE 16 ANOS EJA NE		
INFORMAÇÕES	JANTAR	CONSOLIDADO / DIA
ENERGIA (KCAL)	785,19	785,19
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	146,74	146,74
PROTEÍNAS (GRAMAS)	22,68	22,68
LIPÍDIOS (GRAMAS)	11,30	11,30
FIBRAS (GRAMAS)	6,01	6,01
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	14,85	14,85
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,30	0,30
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	8,08	8,08
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	69,14	69,14
FERRO (MILIGRAMAS)	1,51	1,51
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	23,92	23,92
SÓDIO (MILIGRAMAS)	411,94	411,94
ZINCO (MILIGRAMAS)	2,03	2,03

SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL**BELO
HORIZONTE**
P R E F E I T U R A

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

UNIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

CARDÁPIO: 09-03-2026 A 12-03-2026

FAIXA ETÁRIA: PMAE - ACIMA DE 16 ANOS EJA NE

REFEIÇÃO	SEGUNDA 09-03-2026	TERÇA 10-03-2026	QUARTA 11-03-2026	QUINTA 12-03-2026	
JANTAR	- ESTROGONOFÉ DE CARNE BOVINA COM CENOURA E TOMATE BANANA NANICA	- GALINHADA COM FILÉ DE FRANGO	- FEIJÃO ENRIQUECIDO COM PERNIL, MORANGA E BATATA DOCE - ARROZ SIMPLES MELANCIA	- ARROZ TEMPERADO COM CARNE MOÍDA, CENOURA E ABOBRINHA MAÇÃ	

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 12-03-2026 SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL 		
FAIXA ETÁRIA: PMAE - ACIMA DE 16 ANOS EJA NE		
INFORMAÇÕES	JANTAR	CONSOLIDADO / DIA
ENERGIA (KCAL)	562,11	562,11
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	104,16	104,16
PROTEÍNAS (GRAMAS)	15,52	15,52
LIPÍDIOS (GRAMAS)	8,90	8,90
FIBRAS (GRAMAS)	7,38	7,38
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	8,57	8,57
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,24	0,24
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	7,96	7,96
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	49,92	49,92
FERRO (MILIGRAMAS)	1,29	1,29
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	36,92	36,92
SÓDIO (MILIGRAMAS)	368,00	368,00
ZINCO (MILIGRAMAS)	1,94	1,94

 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 19-03-2026					
FAIXA ETÁRIA: PMAE - ACIMA DE 16 ANOS EJA NE					
REFEIÇÃO	SEGUNDA 16-03-2026	TERÇA 17-03-2026	QUARTA 18-03-2026	QUINTA 19-03-2026	
JANTAR	- CANJIQUINHA COM PERNIL, MORANGA E ACELGA LARANJA PERA	- MACARRÃO NA CHAPA COM PERNIL, CENOURA, REPOLHO ROXO E PIMENTÃO BANANA PRATA	- SALPICÃO DE FRANGO COM REPOLHO, CENOURA E MAIONESE CASEIRA MELÃO	- FAROFÃO DE ARROZ COM CARNE BOVINA, ALMEIRÃO, CENOURA E TOMATE LIMONADA	
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 19-03-2026 SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL 		
FAIXA ETÁRIA: PMAE - ACIMA DE 16 ANOS EJA NE		
INFORMAÇÕES	JANTAR	CONSOLIDADO / DIA
ENERGIA (KCAL)	599,31	599,31
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	109,53	109,53
PROTEÍNAS (GRAMAS)	17,92	17,92
LIPÍDIOS (GRAMAS)	10,01	10,01
FIBRAS (GRAMAS)	4,63	4,63
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	6,27	6,27
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,33	0,33
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	31,48	31,48
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	62,40	62,40
FERRO (MILIGRAMAS)	1,45	1,45
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	23,89	23,89
SÓDIO (MILIGRAMAS)	376,95	376,95
ZINCO (MILIGRAMAS)	1,70	1,70

 SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL BELO HORIZONTE P R E F E I T U R A					
ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PARA UNIDADES DE EDUCAÇÃO INFANTIL, ENSINO FUNDAMENTAL E EJA					
UNIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL E EJA					
CARDÁPIO: 23-03-2026 A 26-03-2026					
FAIXA ETÁRIA: PMAE - ACIMA DE 16 ANOS EJA NE					
REFEIÇÃO	SEGUNDA 23-03-2026	TERÇA 24-03-2026	QUARTA 25-03-2026	QUINTA 26-03-2026	
JANTAR	- ARROZ TEMPERADO COM CARNE BOVINA, CENOURA E REPOLHO BANANA PRATA	- RISOTO DE MORANGA COM FILÉ DE FRANGO E TOMATE MAÇÃ	- FEIJOADA COM PERNIL - SALADA DE COUVE - ARROZ SIMPLES	- MACARRÃO PARAFUSO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA, CENOURA E TOMATE MELANCIA	
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 26-03-2026 SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL  BELO HORIZONTE P R E F E I T U R A		
FAIXA ETÁRIA: PMAE - ACIMA DE 16 ANOS EJA NE		
INFORMAÇÕES	JANTAR	CONSOLIDADO / DIA
ENERGIA (KCAL)	788,17	788,17
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	149,20	149,20
PROTEÍNAS (GRAMAS)	22,25	22,25
LIPÍDIOS (GRAMAS)	10,71	10,71
FIBRAS (GRAMAS)	9,16	9,16
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	0,00	0,00
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,27	0,27
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	15,06	15,06
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	51,93	51,93
FERRO (MILIGRAMAS)	2,04	2,04
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	34,77	34,77
SÓDIO (MILIGRAMAS)	419,75	419,75
ZINCO (MILIGRAMAS)	2,64	2,64

SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONALBELO
HORIZONTE
P R E F E I T U R A

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 - ACIMA DE 16 ANOS EJA NE

REFEIÇÃO	SEGUNDA 30-03-2026	TERÇA 31-03-2026	QUARTA 01-04-2026		
JANTAR	- MACARRÃO PARAFUSO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA, ABOBRINHA E TOMATE BANANA NANICA	- ESTROGONOFE À VIDIGAL COM FILÉ DE FRANGO, CENOURA, TOMATE E AVEIA - ARROZ SIMPLES	- ARROZ TEMPERADO COM PERNIL, CENOURA E CHUCHU MELÃO		

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 - ACIMA DE 16 ANOS EJA NE		
INFORMAÇÕES	JANTAR	CONSOLIDADO / DIA
ENERGIA (KCAL)	841,94	841,94
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	159,15	159,15
PROTEÍNAS (GRAMAS)	23,55	23,55
LIPÍDIOS (GRAMAS)	11,65	11,65
FIBRAS (GRAMAS)	6,23	6,23
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	11,43	11,43
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,31	0,31
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	9,11	9,11
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	64,63	64,63
FERRO (MILIGRAMAS)	1,80	1,80
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	25,37	25,37
SÓDIO (MILIGRAMAS)	408,54	408,54
ZINCO (MILIGRAMAS)	2,27	2,27