CARDÁPIO

SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL

BELO HORIZONTE PREFEITURA

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

UNIDADE DE ENSINO INFANTIL

CARDÁPIO: 01-07-2026 A 03-07-2026

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

REFEIÇÃO	QUARTA 01-07-2026	QUINTA 02-07-2026	SEXTA 03-07-2026		
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE 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	CUBOS DE PERNIL COM REPOLHO E CENOURA SALADA DE TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES MELÃO	PALETA BOVINA COZIDA INHAME ENSOPADO SALADA DE CHUCHU COZIDO ARROZ SIMPLES FEIJÃO PRETO	LOMBO DE PANELA AO MOLHO FERRUGEM FAROFA DE CENOURA ALMEIRÃO REFOGADO ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES		
REFEICÃO DA TARDE	SUCO DE MANGA FATIA MARGUERITA COM QUEIJO	FRAPÊ DE MARACUJÁ ROSQUINHA DE COCO	LEITE BANANA PRATA		
JANTAR	- BAMBÁ DE COUVE COM CARNE MOÍDA, CENOURA E BATATA	- ESTROGONOFE DE FILÉ DE FRANGO COM CENOURA E TOMATE - ARROZ SIMPLES	- SOPA DE MACARRÃO COM FILÉ DE FRANGO,CENOURA E ABOBRINHA		

Observações:
***Cardápio sujeito a alterações.**

ANA CAROLINA BARCELLOS GUIMARÃES E FARIA

Nutricionista Responsável
CRN - 7902

CARDÁPIO

MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE AO PERÍODO DE 01-07-2026 A 03-07-2026

SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL

BELO HORIZONTE PREFEITURA

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

INFORMAÇÕES	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	REFEICÃO DA TARDE	JANTAR	CONSOLIDADO / DIA
ENERGIA (KCAL)	177,70	351,81	223,26	174,85	927,62
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	25,90	56,80	22,58	24,32	129,60
PROTEÍNAS (GRAMAS)	5,47	11,99	6,09	8,04	31,59
LIPÍDIOS (GRAMAS)	6,30	8,34	8,16	4,92	27,72
FIBRAS (GRAMAS)	1,10	5,69	1,30	1,42	9,51
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	36,96	0,62	51,60	6,02	95,19
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,05	0,25	0,05	0,08	0,43
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	9,89	6,14	8,07	4,20	28,30
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	95,09	27,34	143,64	27,73	293,79
FERRO (MILIGRAMAS)	0,46	1,12	0,33	0,43	2,33
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	18,83	31,37	22,33	10,10	82,63
SÓDIO (MILIGRAMAS)	107,48	485,97	127,35	209,01	929,81
ZINCO (MILIGRAMAS)	0,52	1,23	0,56	0,79	3,09

CARDÁPIO

SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL

BELO HORIZONTE PREFEITURA

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

UNIDADE DE ENSINO INFANTIL

CARDÁPIO: 06-07-2026 A 10-07-2026

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA 06-07-2026	TERÇA 07-07-2026	QUARTA 08-07-2026	QUINTA 09-07-2026	SEXTA 10-07-2026
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE PÃO SIMPLES COM MANTEIGA	LEITE COM CANELA (OPCIONAL) BOLO DE MEL	LEITE BISCOITO CREAM CRACKER	IOGURTE NATURAL COM MEL E SALADA DE FRUTAS DE BANANA E MAMÃO	CREME DE AMIDO COM MAÇÃ E CANELA
ALMOÇO	CARNE MOÍDA COM CHUCHU ANGU COUVE REFOGADA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	ISCAS DE PERNIL ACEBOLADAS BATATA DOCE ASSADA SALADA DE ALMEIRÃO COM MANGA TOMMY ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	OMELETE COM TOMATE E QUEIJO CENOURA E CHUCHU SAUTÉE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES ABACAXI	BOBÓ DE FRANGO SALADA DE ALFACE COM TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES LARANJA PERA	COXA E SOBRECOXA ENSOPADA COM CENOURA E BATATA SALADA DE TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES
REFEICÃO DA TARDE	LEITE ROSQUINHA DE CHOCOLATE	LEITE MAÇÃ	- CANJICA COM AMENDOIM	LEITE COM CANELA (OPCIONAL) PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE BANANA PRATA
JANTAR	- MACARRÃO PARAFUSO AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA COM OVOS COZIDOS LARANJA PERA	- CREME DE BATATA, CHUCHU E CENOURA COM PALETA BOVINA - ARROZ SIMPLES	- RISOTO DE MORANGA COM FILÉ DE FRANGO E TOMATE	- CANJIQUINHA COM PERNIL, CENOURA E REPOLHO	- TUTU DE FEIJÃO COM RAGU DE PERNIL (PERNIL DESFIADO, CEBOLA, PIMENTÃO E TOMATE) - ARROZ SIMPLES

Observações:
***Cardápio sujeito a alterações.**

ANA CAROLINA BARCELLOS GUIMARÃES E FARIA

Nutricionista Responsável
CRN - 7902

CARDÁPIO

MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE AO PERÍODO DE 06-07-2026 A 10-07-2026

SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL

BELO HORIZONTE PREFEITURA

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

INFORMAÇÕES	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	REFEICÃO DA TARDE	JANTAR	CONSOLIDADO / DIA
ENERGIA (KCAL)	221,76	381,08	193,02	218,95	1014,81
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	31,79	59,65	27,88	35,01	154,33
PROTEÍNAS (GRAMAS)	6,98	14,00	5,97	7,70	34,64
LIPÍDIOS (GRAMAS)	7,78	9,42	6,82	5,20	29,21
FIBRAS (GRAMAS)	0,84	6,15	1,20	2,56	10,74
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	69,10	4,80	68,54	1,16	143,60
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,13	0,22	0,07	0,16	0,57
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	6,07	26,05	3,82	14,10	50,03
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	185,04	50,39	157,65	20,84	413,92
FERRO (MILIGRAMAS)	0,50	1,18	0,25	0,61	2,54
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	23,91	36,11	20,34	12,51	92,86
SÓDIO (MILIGRAMAS)	180,09	481,12	120,45	233,30	1014,96
ZINCO (MILIGRAMAS)	0,84	1,54	0,56	0,74	3,68

CARDÁPIO

SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL

BELO HORIZONTE PREFEITURA

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

UNIDADE DE ENSINO INFANTIL

CARDÁPIO: 13-07-2026 A 17-07-2026

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA 13-07-2026	TERÇA 14-07-2026	QUARTA 15-07-2026	QUINTA 16-07-2026	SEXTA 17-07-2026
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE COM CANELA (OPCIONAL) PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE BROA DE FUBÁ	CREME DE CHOCOLATE	SUCO DE ABACAXI COM BETERRABA OVOS MEXIDOS CREMOSOS	LEITE ROSQUINHA DE CHOCOLATE
ALMOÇO	OVOS COZIDOS MACARRÃO PARAFUSO COM MOLHO DE TOMATE SALADA DE BETERRABA COZIDA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES LARANJA PERA	CUBOS DE FILÉ DE FRANGO COM MORANGA SALADA DE REPOLHO COM TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	CUBOS DE PERNIL ENSOPADOS FAROFA DE COUVE SALADA DE TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	CARNE MOÍDA COM BATATA SALADA DE ALFACE COM TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	ISCAS DE PERNIL ACEBOLADAS FAROFA DE ORA-PRO-NÓBIS (EM SEBASTIANA NOVAIS, VENCEDORA DO 3º CONCURSO DO FNDE) SALADA DE CENOURA COZIDA ARROZ SIMPLES FEIJÃO BATIDO ABACAXI
REFEICÃO DA TARDE	FRAPÊ DE MARACUJÁ ROSQUINHA DE COCO	LEITE MAÇÃ	LEITE MANGA PALMER	LEITE COM CANELA (OPCIONAL) BISCOITO CREAM CRACKER	SUCO DE MELANCIA BOLO SIMPLES CREME BRANCO PARA BOLO
JANTAR	- SOPA DE FUBÁ COM CARNE BOVINA, BATATA, COUVE E TOMATE	- CREME DE INHAME E CENOURA COM PERNIL - ARROZ SIMPLES	- GALINHADA COM FILÉ DE FRANGO	- FEIJÃO ENRIQUECIDO COM PERNIL, MORANGA E BETERRABA - ARROZ SIMPLES	- SOPA DE MACARRÃO COM CARNE BOVINA, CENOURA E REPOLHO

Observações:
***Cardápio sujeito a alterações.**

ANA CAROLINA BARCELLOS GUIMARÃES E FARIA

Nutricionista Responsável
CRN - 7902

CARDÁPIO

MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE AO PERÍODO DE 13-07-2026 A 17-07-2026

SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL

BELO HORIZONTE PREFEITURA

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

INFORMAÇÕES	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	REFEICÃO DA TARDE	JANTAR	CONSOLIDADO / DIA
ENERGIA (KCAL)	202,43	360,07	234,02	255,34	1051,86
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	25,08	59,55	28,73	42,84	156,20
PROTEÍNAS (GRAMAS)	6,55	12,38	6,61	8,43	33,97
LIPÍDIOS (GRAMAS)	8,66	7,76	8,25	5,58	30,25
FIBRAS (GRAMAS)	0,66	5,75	1,07	3,16	10,64
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	67,91	2,32	63,06	0,00	133,29
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,10	0,24	0,13	0,19	0,66
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	4,01	20,81	16,94	4,34	46,10
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	154,88	35,65	162,04	16,48	369,06
FERRO (MILIGRAMAS)	0,34	1,14	0,42	0,70	2,61
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	18,80	29,63	22,60	21,11	92,14
SÓDIO (MILIGRAMAS)	159,85	427,97	150,59	220,70	959,11
ZINCO (MILIGRAMAS)	0,65	1,36	0,65	1,12	3,78

CARDÁPIO

SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL

BELO HORIZONTE PREFEITURA

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

UNIDADE DE ENSINO INFANTIL

CARDÁPIO: 20**07-2026 A**24**-07-2026** Reposição de aulas

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA 20-07-2026	TERÇA 21-07-2026	QUARTA 22-07-2026	QUINTA 23-07-2026	SEXTA 24-07-2026
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE COM CANELA (OPCIONAL) PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE BROA DE FUBÁ	CREME DE CHOCOLATE	SUCO DE ABACAXI COM BETERRABA OVOS MEXIDOS CREMOSOS	LEITE ROSQUINHA DE CHOCOLATE
ALMOÇO	OVOS COZIDOS MACARRÃO PARAFUSO COM MOLHO DE TOMATE SALADA DE BETERRABA COZIDA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES LARANJA PERA	CUBOS DE FILÉ DE FRANGO COM MORANGA SALADA DE REPOLHO COM TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	CUBOS DE PERNIL ENSOPADOS FAROFA DE COUVE SALADA DE TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	CARNE MOÍDA COM BATATA SALADA DE ALFACE COM TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	ISCAS DE PERNIL ACEBOLADAS FAROFA DOURADA SALADA DE CENOURA COZIDA ARROZ SIMPLES FEIJÃO BATIDO ABACAXI
REFEICÃO DA TARDE	FRAPÊ DE MARACUJÁ ROSQUINHA DE COCO	LEITE MAÇÃ	LEITE MANGA PALMER	LEITE COM CANELA (OPCIONAL) BISCOITO CREAM CRACKER	SUCO DE MELANCIA BOLO SIMPLES
JANTAR	- SOPA DE FUBÁ COM CARNE BOVINA, BATATA, COUVE E TOMATE	- CREME DE INHAME E CENOURA COM PERNIL - ARROZ SIMPLES	- GALINHADA COM FILÉ DE FRANGO	- FEIJÃO ENRIQUECIDO COM PERNIL, MORANGA E BETERRABA - ARROZ SIMPLES	- SOPA DE MACARRÃO COM CARNE BOVINA, CENOURA E REPOLHO

Observações:
***Cardápio sujeito a alterações.**

ANA CAROLINA BARCELLOS GUIMARÃES E FARIA

Nutricionista Responsável
CRN - 7902

CARDÁPIO

MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE AO PERÍODO DE 20-07-2026 A 24-07-2026

SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL

BELO HORIZONTE PREFEITURA

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

INFORMAÇÕES	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	REFEICÃO DA TARDE	JANTAR	CONSOLIDADO / DIA
ENERGIA (KCAL)	202,43	360,07	234,02	255,34	1051,86
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	25,08	59,55	28,73	42,84	156,20
PROTEÍNAS (GRAMAS)	6,55	12,38	6,61	8,43	33,97
LIPÍDIOS (GRAMAS)	8,66	7,76	8,25	5,58	30,25
FIBRAS (GRAMAS)	0,66	5,75	1,07	3,16	10,64
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	67,91	2,32	63,06	0,00	133,29
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,10	0,24	0,13	0,19	0,66
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	4,01	20,81	16,94	4,34	46,10
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	154,88	35,65	162,04	16,48	369,06
FERRO (MILIGRAMAS)	0,34	1,14	0,42	0,70	2,61
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	18,80	29,63	22,60	21,11	92,14
SÓDIO (MILIGRAMAS)	159,85	427,97	150,59	220,70	959,11
ZINCO (MILIGRAMAS)	0,65	1,36	0,65	1,12	3,78

CARDÁPIO

SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL

BELO HORIZONTE PREFEITURA

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

UNIDADE DE ENSINO INFANTIL

CARDÁPIO: 27-**07-2026 A** 31-**07-2026** Reposição de aulas

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA 27-07-2026	TERÇA 28-07-2026	QUARTA 29-07-2026	QUINTA 30-07-2026	SEXTA 31-07-2026
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE COM CANELA (OPCIONAL) PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE BROA DE FUBÁ	CREME DE CHOCOLATE	SUCO DE ABACAXI COM BETERRABA OVOS MEXIDOS CREMOSOS	LEITE ROSQUINHA DE CHOCOLATE
ALMOÇO	OVOS COZIDOS MACARRÃO PARAFUSO COM MOLHO DE TOMATE SALADA DE BETERRABA COZIDA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES LARANJA PERA	CUBOS DE FILÉ DE FRANGO COM MORANGA SALADA DE REPOLHO COM TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	CUBOS DE PERNIL ENSOPADOS FAROFA DE COUVE SALADA DE TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	CARNE MOÍDA COM BATATA SALADA DE ALFACE COM TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	ISCAS DE PERNIL ACEBOLADAS FAROFA DOURADA SALADA DE CENOURA COZIDA ARROZ SIMPLES FEIJÃO BATIDO ABACAXI
REFEICÃO DA TARDE	FRAPÊ DE MARACUJÁ ROSQUINHA DE COCO	LEITE MAÇÃ	LEITE MANGA PALMER	LEITE COM CANELA (OPCIONAL) BISCOITO CREAM CRACKER	SUCO DE MELANCIA BOLO SIMPLES
JANTAR	- SOPA DE FUBÁ COM CARNE BOVINA, BATATA, COUVE E TOMATE	- CREME DE INHAME E CENOURA COM PERNIL - ARROZ SIMPLES	- GALINHADA COM FILÉ DE FRANGO	- FEIJÃO ENRIQUECIDO COM PERNIL, MORANGA E BETERRABA - ARROZ SIMPLES	- SOPA DE MACARRÃO COM CARNE BOVINA, CENOURA E REPOLHO

Observações:
***Cardápio sujeito a alterações.**

ANA CAROLINA BARCELLOS GUIMARÃES E FARIA

Nutricionista Responsável
CRN - 7902

CARDÁPIO

MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE AO PERÍODO DE 27-07-2026 A 31-07-2026

SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL

BELO HORIZONTE PREFEITURA

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

INFORMAÇÕES	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	REFEICÃO DA TARDE	JANTAR	CONSOLIDADO / DIA
ENERGIA (KCAL)	202,43	360,07	234,02	255,34	1051,86
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	25,08	59,55	28,73	42,84	156,20
PROTEÍNAS (GRAMAS)	6,55	12,38	6,61	8,43	33,97
LIPÍDIOS (GRAMAS)	8,66	7,76	8,25	5,58	30,25
FIBRAS (GRAMAS)	0,66	5,75	1,07	3,16	10,64
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	67,91	2,32	63,06	0,00	133,29
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,10	0,24	0,13	0,19	0,66
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	4,01	20,81	16,94	4,34	46,10
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	154,88	35,65	162,04	16,48	369,06
FERRO (MILIGRAMAS)	0,34	1,14	0,42	0,70	2,61
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	18,80	29,63	22,60	21,11	92,14
SÓDIO (MILIGRAMAS)	159,85	427,97	150,59	220,70	959,11
ZINCO (MILIGRAMAS)	0,65	1,36	0,65	1,12	3,78