



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: 01-07-2026 A 03-07-2026

FAIXA ETÁRIA: PMAE - 6 A 15 ANOS E 11 MESES

REFEIÇÃO	QUARTA 01-07-2026	QUINTA 02-07-2026	SEXTA 03-07-2026		
CAFÉ DA MANHÃ	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO E LARANJA) FARINHA DE AVEIA COM LEITE EM PÓ	LIMONADA SUÍÇA OVOS MEXIDOS CREMOSOS	LEITE CARMELADO BOLO DE LIMÃO		
ALMOÇO	ESPAGUETE A BOLONHESA SALADA DE ALFACE COM CENOURA RALADA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	LOMBO DE PANELA AO MOLHO FERRUGEM CHUCHU AO MOLHO BRANCO SALADA DE TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	FEIJOADA COM LINGUIÇA COUVE REFOGADA FARINHA DOURADA VINAGRETE ARROZ SIMPLES		
REFEIÇÃO DA TARDE	FATIA MARGUERITA COM QUEIJO SUCO DE LARANJA COM MAMÃO MELANCIA	- BAMBÁ DE COUVE COM CARNE MOÍDA, CENOURA E BATATA	- GALINHADA COM FILÉ DE FRANGO ABACAXI		

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações.

ANA CAROLINA BARCELLOS GUIMARÃES E FARIA

Nutricionista Responsável
CRN - 7902



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

SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



FAIXA ETÁRIA: PMAE - 6 A 15 ANOS E 11 MESES

INFORMAÇÕES	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	REFEIÇÃO DA TARDE	CONSOLIDADO / DIA
ENERGIA (KCAL)	245,11	527,80	362,76	1135,67
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	32,86	75,86	62,08	170,80
PROTEÍNAS (GRAMAS)	8,33	21,90	11,33	41,57
LIPÍDIOS (GRAMAS)	9,49	14,59	8,02	32,10
FIBRAS (GRAMAS)	1,08	7,67	3,25	12,00
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	51,83	7,22	10,72	69,78
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,14	0,35	0,22	0,71
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	20,17	14,24	49,36	83,77
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	135,47	65,33	76,57	277,37
FERRO (MILIGRAMAS)	0,78	1,81	0,83	3,43
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	25,20	42,03	32,17	99,40
SÓDIO (MILIGRAMAS)	158,65	894,55	279,55	1332,75
ZINCO (MILIGRAMAS)	0,85	2,80	1,33	4,99



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: 06-07-2026 A 10-07-2026

FAIXA ETÁRIA: PMAE - 6 A 15 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 CARMELADO PÃO SIMPLES COM QUEIJO	VITAMINA DE ABACATE BISCOITO CREAM CRACKER	CAFÉ COM LEITE BOLO DE MEL	CREME DE AMIDO COM MAÇÃ E CANELA	SUCO DE ABACAXI COM HORTELÃ OVOS MEXIDOS COM FARINHA DE MANDIOCA
ALMOÇO	CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE INHAME ENSOPADO SALADA DE CENOURA RALADA ARROZ SIMPLES FEIJÃO BATIDO	OMELETE COM TOMATE E QUEIJO ABOBRINHA E CENOURA SAUTÉE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES TANGERINA	COXA E SOBRECOXA ENSOPADA COM QUIABO ANGU SALADA DE BETERRABA RALADA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES ABACAXI	FEIJÃO TROPEIRO COM PERNIL COUVE REFOGADA VINAGRETE ARROZ SIMPLES LIMONADA SUÍÇA	BOBÓ DE FRANGO SALADA DE ALMEIRÃO COM TOMATE MOLHO DE LIMÃO ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES MELANCIA
REFEIÇÃO DA TARDE	- CALDO DE FEIJÃO CARIOCA COM PERNIL, MORANGA E COUVE - TORRADAS LARANJA PERA	- MACARRÃO PARAFUSO COM FILÉ DE FRANGO, CENOURA, REPOLHO E PIMENTÃO BANANA PRATA	CANJICA COM AMENDOIM	- SANDUÍCHE COM MOLHO DE CARNE BOVINA, CENOURA E TOMATE SUCO DE LIMÃO COM CENOURA	- CANJQUINHA COM PERNIL, CENOURA E REPOLHO 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 06-07-2026 A 10-07-2026**

SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



FAIXA ETÁRIA: PMAE - 6 A 15 ANOS E 11 MESES

INFORMAÇÕES	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	REFEIÇÃO DA TARDE	CONSOLIDADO / DIA
ENERGIA (KCAL)	329,37	511,93	403,07	1244,37
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	46,50	79,19	68,58	194,27
PROTEÍNAS (GRAMAS)	10,53	20,04	13,96	44,54
LIPÍDIOS (GRAMAS)	11,70	12,90	8,32	32,92
FIBRAS (GRAMAS)	2,21	8,26	5,20	15,67
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	74,73	6,52	21,99	103,24
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,17	0,33	0,27	0,77
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	6,00	34,11	22,20	62,31
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	220,19	74,64	81,56	376,40
FERRO (MILIGRAMAS)	1,02	1,81	1,27	4,10
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	31,09	57,49	33,03	121,61
SÓDIO (MILIGRAMAS)	263,98	582,08	301,76	1147,82
ZINCO (MILIGRAMAS)	1,29	2,19	1,39	4,87



SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



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

UNIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

CARDÁPIO: 13-07-2026 A 17-07-2026

FAIXA ETÁRIA: PMAE - 6 A 15 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	SUCO DE MARACUJÁ OVOS MEXIDOS CREMOSOS	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO E LARANJA) FARINHA DE AVEIA COM LEITE EM PÓ	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ ROSQUINHA DE CHOCOLATE	CAFÉ COM LEITE PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE COM MEL E CANELA BOLO DE MAÇÃ COM AVEIA
ALMOÇO	CARNE MOÍDA COM TOMATE E PIMENTÃO MORANGA REFOGADA SALADA MIX DE REPOLHOS MOLHO DE LIMÃO ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	ESTROGONOFÉ DE FRANGO BATATA SAUTÉE SALADA DE ACELGA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	OVOS COZIDOS MACARRÃO PARAFUSO COM MOLHO DE ABOBRINHA SALADA DE BETERRABA COZIDA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES ABACAXI	ISCAS DE PERNIL AO MOLHO DE TOMATE BATATA DOCE ASSADA SALADA DE ALFACE COM TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	LAGARTO BOVINO AO MOLHO FERRUGEM VIRADO DE VAGEM SALADA DE ALMEIRÃO ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES
REFEIÇÃO DA TARDE	- MINISTRONE COM CARNE MOÍDA, MORANGA E CHUCHU	SUCO DE LARANJA COM CENOURA BOLO SIMPLES COBERTURA DE LIMÃO BANANA NANICA	- FEIJÃO TROPEIRO COM OVOS, PERNIL E COUVE - ARROZ SIMPLES LIMONADA SUÍÇA	- CALDO VERDE COM FILÉ DE FRANGO	- FEIJOADA COM PERNIL - SALADA DE COUVE - ARROZ SIMPLES LARANJA PERA

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações.

ANA CAROLINA BARCELLOS GUIMARÃES E FARIA

Nutricionista Responsável
CRN - 7902



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

SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



FAIXA ETÁRIA: PMAE - 6 A 15 ANOS E 11 MESES

INFORMAÇÕES	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	REFEIÇÃO DA TARDE	CONSOLIDADO / DIA
ENERGIA (KCAL)	280,56	451,61	412,08	1144,26
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	38,11	71,46	66,36	175,93
PROTEÍNAS (GRAMAS)	8,57	16,51	15,45	40,52
LIPÍDIOS (GRAMAS)	10,80	10,77	9,72	31,29
FIBRAS (GRAMAS)	1,77	7,67	6,96	16,39
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	68,08	7,45	9,10	84,63
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,13	0,28	0,44	0,86
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	10,17	15,81	38,97	64,95
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	149,06	51,20	73,05	273,31
FERRO (MILIGRAMAS)	0,77	1,62	1,51	3,91
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	27,46	40,61	47,66	115,74
SÓDIO (MILIGRAMAS)	217,84	579,85	253,09	1050,79
ZINCO (MILIGRAMAS)	0,85	1,89	1,68	4,41



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: 20-07-2026 A 24-07-2026

Reposição de aulas

FAIXA ETÁRIA: PMAE - 6 A 15 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	CAFÉ COM LEITE PÃO SIMPLES COM MANTEIGA	LEITE CARAMELADO ROSQUINHA DE COCO BANANA PRATA	SUCO DE MANGA OVOS MEXIDOS COM FARINHA DE MILHO	CAFÉ COM LEITE BOLO DE FUBÁ COM LARANJA	CREME DE CHOCOLATE
ALMOÇO	CARNE MOÍDA COM CHUCHU ANGU SALADA DE COUVE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	CUBOS DE FILÉ DE FRANGO COM MORANGA SALADA DE ALFACE ARROZ SIMPLES TUTU DE FEIJÃO	RAGU DE PERNIL (CEBOLA, PIMENTÃO E TOMATE) ALMEIRÃO REFOGADO ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	ISCAS DE FILÉ DE FRANGO ACEBOLADAS MACARRÃO PARAFUSO COM MOLHO DE TOMATE SALADA DE CHUCHU COZIDO ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	LOMBO DE PANELA AO MOLHO FERRUGEM BATATA SAUTÉE SALADA DE TOMATE COM PEPINO ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES ABACAXI
REFEIÇÃO DA TARDE	- CANJQUINHA COM PERNIL, BATATA, COUVE E TOMATE LARANJA PERA	CANJICA COM AMENDOIM	- ESTROGONOFE À VIDIGAL COM FILÉ DE FRANGO, CENOURA, TOMATE E AVEIA - ARROZ SIMPLES MELANCIA	- PÃO FRANCÊS À BOLONHESA COM TOMATE E PIMENTÃO SUCO DE LIMÃO COM COUVE	- ARROZ TEMPERADO COM FILÉ DE FRANGO, CENOURA E VAGEM

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações.

ANA CAROLINA BARCELLOS GUIMARÃES E FARIA

Nutricionista Responsável
CRN - 7902



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

SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



FAIXA ETÁRIA: PMAE - 6 A 15 ANOS E 11 MESES

INFORMAÇÕES	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	REFEIÇÃO DA TARDE	CONSOLIDADO / DIA
ENERGIA (KCAL)	323,10	453,67	326,76	1103,54
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	39,69	71,09	54,62	165,39
PROTEÍNAS (GRAMAS)	9,18	19,30	11,25	39,73
LIPÍDIOS (GRAMAS)	11,28	9,82	7,03	28,13
FIBRAS (GRAMAS)	2,25	7,26	2,62	12,13
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	74,27	0,00	23,40	97,68
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,09	0,33	0,20	0,63
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	10,71	12,55	22,43	45,68
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	168,96	36,12	81,26	286,34
FERRO (MILIGRAMAS)	0,90	1,41	0,64	2,95
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	28,31	38,84	23,58	90,73
SÓDIO (MILIGRAMAS)	160,42	572,81	271,96	1005,20
ZINCO (MILIGRAMAS)	1,03	1,84	1,07	3,94



SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



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

UNIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

CARDÁPIO: 27-07-2026 A 31-07-2026

[Reposição de aulas](#)

FAIXA ETÁRIA: PMAE - 6 A 15 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	SUCO DE MARACUJÁ OVOS MEXIDOS CREMOSOS	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAÇÃ E LARANJA) FARINHA DE AVEIA COM LEITE EM PÓ	LEITE COM CANELA (OPCIONAL) PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	CAFÉ COM LEITE ROSQUINHA DE CHOCOLATE	LEITE CARMELADO BOLO DE CENOURA
ALMOÇO	CARNE MOÍDA COM BATATA SALADA DE BETERRABA COZIDA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	LOMBO DE PANELA AO MOLHO FERRUGEM INHAME ENSOPADO SALADA DE TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	OVOS MEXIDOS BATATA SAUTÉE SALADA DE ALMEIRÃO ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES LARANJA PERA	ESPAGUETE A BOLONHESA SALADA DE ALFACE COM CENOURA RALADA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	FEIJOADA COM PERNIL COUVE REFOGADA FARINHA DOURADA VINAGRETE ARROZ SIMPLES
REFEIÇÃO DA TARDE	- MACARRÃO PARAFUSO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA, ABOBRINHA E TOMATE	FATIA MARGUERITA COM QUEIJO LIMONADA SUÍÇA MELANCIA	- FEIJÃO ENRIQUECIDO COM PERNIL, BETERRABA E INHAME - ARROZ SIMPLES	- BAMBÁ DE COUVE COM CARNE MOÍDA, CENOURA E BATATA	- GALINHADA COM FILÉ DE FRANGO ABACAXI
Observações: *Cardápio sujeito a alterações.					

ANA CAROLINA BARCELLOS GUIMARÃES E FARIA

Nutricionista Responsável
CRN - 7902



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

SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



FAIXA ETÁRIA: PMAE - 6 A 15 ANOS E 11 MESES

INFORMAÇÕES	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	REFEIÇÃO DA TARDE	CONSOLIDADO / DIA
ENERGIA (KCAL)	286,39	461,76	464,80	1212,95
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	39,21	74,10	82,80	196,12
PROTEÍNAS (GRAMAS)	8,36	16,76	14,51	39,64
LIPÍDIOS (GRAMAS)	11,03	10,62	8,25	29,90
FIBRAS (GRAMAS)	1,62	7,89	4,72	14,23
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	68,08	2,32	6,43	76,83
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,12	0,30	0,25	0,68
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	4,97	23,83	13,35	42,15
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	147,77	47,83	57,36	252,96
FERRO (MILIGRAMAS)	0,68	1,72	1,32	3,72
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	24,63	41,34	28,04	94,01
SÓDIO (MILIGRAMAS)	217,77	570,79	280,17	1068,73
ZINCO (MILIGRAMAS)	0,80	2,25	1,71	4,76