



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: 01-06-2026 A 03-06-2026

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA 01-06-2026	TERÇA 02-06-2026	QUARTA 03-06-2026		
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE COM CANELA (OPCIONAL) PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	CAFÉ COM LEITE ROSQUINHA DE CHOCOLATE BANANA PRATA	LEITE CARAMELADO BOLO DE BANANA		
ALMOÇO	CARNE DE PANELA PURÊ DE MORANGA SALADA DE BETERRABA COZIDA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	LOMBO DE PANELA AO MOLHO FERRUGEM CHUCHU AO MOLHO BRANCO SALADA DE TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	CUBOS DE PERNIL ACEBOLADOS FAROFÁ DE ORA-PRO-NOBIS VINAGRETE ARROZ SIMPLES FEIJÃO PRETO LARANJA PERA		
REFEIÇÃO DA TARDE	- MACARRÃO PARAFUSO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA, CENOURA E TOMATE TANGERINA	FATIA MARGUERITA COM QUEIJO SUCO DE LARANJA COM MAMÃO MELANCIA	- BAMBÁ DE COUVE COM CARNE BOVINA, BATATA E TOMATE		
Observações: *Cardápio sujeito a alterações.					

ANA CAROLINA BARCELLOS GUIMARÃES E FARIA

Nutricionista Responsável
CRN - 7902



**MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE
AO PERÍODO DE 01-06-2026 A 03-06-2026**

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)	384,08	428,79	658,59	1471,46
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	58,03	61,32	124,10	243,45
PROTEÍNAS (GRAMAS)	9,39	18,42	18,66	46,47
LIPÍDIOS (GRAMAS)	13,42	11,86	10,62	35,90
FIBRAS (GRAMAS)	2,46	6,80	6,21	15,47
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	92,48	16,85	10,72	120,05
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,15	0,41	0,35	0,90
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	6,08	27,26	64,98	98,32
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	197,12	77,98	88,64	363,74
FERRO (MILIGRAMAS)	0,66	1,40	1,96	4,02
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	34,72	40,41	50,85	125,97
SÓDIO (MILIGRAMAS)	268,15	534,57	297,55	1100,26
ZINCO (MILIGRAMAS)	0,85	2,17	2,57	5,59



SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



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

UNIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

CARDÁPIO: 08-06-2026 A 12-06-2026

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA 08-06-2026	TERÇA 09-06-2026	QUARTA 10-06-2026	QUINTA 11-06-2026	SEXTA 12-06-2026
CAFÉ DA MANHÃ	SUCO DE ABACAXI COM HORTELÃ OVOS MEXIDOS COM FARINHA DE MANDIOCA	VITAMINA DE ABACATE BISCOITO CREAM CRACKER	LEITE CARMELADO PÃO SIMPLES COM MANTEIGA	CAFÉ COM LEITE BOLO DE MEL	DELÍCIA DE MAÇÃ E CANELA
ALMOÇO	CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE BATATA SAUTÉE SALADA DE CENOURA RALADA ARROZ SIMPLES FEIJÃO BATIDO	OMELETE COM TOMATE E QUEIJO ABOBRINHA E CENOURA SAUTÉE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES TANGERINA	FEIJÃO TROPEIRO COM PERNIL COUVE REFOGADA VINAGRETE ARROZ SIMPLES LIMONADA SUÍÇA	BOBÓ DE FRANGO SALADA DE ALFACE COM TOMATE MOLHO DE LIMÃO ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES MELANCIA	COXA E SOBRECOXA ENSOPADA COM QUIABO ANGU SALADA DE BETERRABA RALADA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES LARANJA PERA
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 ABACAXI	CANJICA COM COCO E AMENDOIM	- SANDUÍCHE DE PERNIL COM TOMATE E PIMENTÃO SUCO DE LIMÃO COM CENOURA	- CANJIQUEINHA COM PALETA BOVINA, 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 08-06-2026 A 12-06-2026 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)	317,37	513,47	394,67	1225,51
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	46,29	79,15	66,50	191,94
PROTEÍNAS (GRAMAS)	9,26	20,15	13,78	43,20
LIPÍDIOS (GRAMAS)	11,04	12,98	8,32	32,34
FIBRAS (GRAMAS)	2,21	8,34	5,07	15,62
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	77,31	6,52	21,99	105,82
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,17	0,32	0,30	0,79
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	6,00	42,78	24,68	73,46
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	178,52	76,35	83,58	338,45
FERRO (MILIGRAMAS)	1,01	1,78	1,27	4,05
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	29,48	54,70	32,31	116,49
SÓDIO (MILIGRAMAS)	239,71	582,46	304,40	1126,57
ZINCO (MILIGRAMAS)	1,13	2,20	1,25	4,59



SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



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

UNIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

CARDÁPIO: 15-06-2026 A 19-06-2026

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA 15-06-2026	TERÇA 16-06-2026	QUARTA 17-06-2026	QUINTA 18-06-2026	SEXTA 19-06-2026
CAFÉ DA MANHÃ	CAFÉ COM LEITE PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAÇÃ E LARANJA) FARINHA DE AVEIA COM LEITE EM PÓ	SUCO DE MARACUJÁ OVOS MEXIDOS CREMOSOS	LEITE CARAMELADO ROSQUINHA DE CHOCOLATE	LEITE COM MEL E CANELA BOLO DE MAÇÃ COM AVEIA
ALMOÇO	OVOS COZIDOS MACARRÃO PARAFUSO COM MOLHO DE ABOBRINHA SALADA DE ACELGA COM CENOURA RALADA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES LARANJA PERA	ISCAS DE PERNIL AO MOLHO DE TOMATE BATATA DOCE ASSADA SALADA DE BETERRABA COZIDA ARROZ SIMPLES FEIJÃO BATIDO	CARNE DE PANELA MORANGA REFOGADA SALADA MIX DE REPOLHOS MOLHO DE LIMÃO ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	ESTROGONOFÉ DE FRANGO BATATA SAUTÉE SALADA DE ALFACE COM TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES MELANCIA	LAGARTO BOVINO AO MOLHO FERRUGEM VIRADO DE VAGEM SALADA DE ALMEIRÃO COM LARANJA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES
REFEIÇÃO DA TARDE	- SOPA DE MACARRÃO COM CARNE BOVINA, MORANGA E CHUCHU TANGERINA	SUCO DE LARANJA COM CENOURA BOLO SIMPLES COBERTURA DE MARACUJÁ BANANA PRATA	- FEIJÃO TROPEIRO COM OVOS, PERNIL E COUVE - ARROZ SIMPLES LIMONADA SUÍÇA	- CALDO DE MANDIOCA COM PALETA BOVINA E TOMATE	- FEIJÃO 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 15-06-2026 A 19-06-2026**

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)	303,62	463,93	422,89	1190,44
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	41,24	74,44	69,27	184,95
PROTEÍNAS (GRAMAS)	9,82	16,83	14,46	41,11
LIPÍDIOS (GRAMAS)	11,44	10,78	10,00	32,22
FIBRAS (GRAMAS)	1,76	7,57	6,27	15,61
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	65,50	7,45	9,10	82,05
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,13	0,28	0,45	0,85
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	5,11	28,57	51,68	85,35
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	189,42	56,52	74,15	320,09
FERRO (MILIGRAMAS)	0,78	1,61	1,44	3,83
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	28,13	42,01	45,79	115,93
SÓDIO (MILIGRAMAS)	241,91	580,12	253,77	1075,80
ZINCO (MILIGRAMAS)	1,01	1,90	1,69	4,60



SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



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

UNIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

CARDÁPIO: 22-06-2026 A 26-06-2026

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA 22-06-2026	TERÇA 23-06-2026	QUARTA 24-06-2026	QUINTA 25-06-2026	SEXTA 26-06-2026
CAFÉ DA MANHÃ	CAFÉ COM LEITE PÃO SIMPLES COM MANTEIGA	LEITE CARAMELADO ROSQUINHA DE CHOCOLATE	SUCO DE MANGA OVOS MEXIDOS COM FARINHA DE MILHO	CAFÉ COM LEITE BOLO DE FUBÁ COM LARANJA	CREME DE CHOCOLATE
ALMOÇO	OVOS COZIDOS ABOBRINHA À ITALIANA (PIMENTÃO, CEBOLA E TOMATE) SALADA DE ACELGA ARROZ SIMPLES TUTU DE FEIJÃO TANGERINA	VACA ATOLADA ALMEIRÃO REFOGADO SALADA DE BETERRABA RALADA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES LARANJA PERA	RAGU DE PERNIL (CEBOLA, PIMENTÃO E TOMATE) ANGU SALADA DE COUVE COM CENOURA COZIDA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	ISCAS DE FILÉ DE FRANGO ACEBOLADAS MACARRÃO CREMOSO DE FORNO COM QUEIJO SALADA DE CHUCHU COZIDO ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	LOMBO ASSADO COM MOLHO BARBECUE PURÊ DE BATATA SALADA DE TOMATE COM PEPINO ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES ABACAXI
REFEIÇÃO DA TARDE	- CANJQUINHA COM PERNIL, BATATA, COUVE E TOMATE BANANA NANICA	CANJICA COM COCO E AMENDOIM	- ESTROGONOFÉ À VIDIGAL COM FILÉ DE FRANGO, CENOURA, TOMATE E AVEIA - ARROZ SIMPLES LARANJA PERA	- PÃO FRANCÊS À BOLONHESA COM TOMATE E PIMENTÃO SUCO DE LARANJA COM COUVE	- ARROZ TEMPERADO COM FILÉ DE FRANGO, CENOURA E VAGEM 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 22-06-2026 A 26-06-2026**

SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



**BELO
HORIZONTE**
PREFEITURA

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

INFORMAÇÕES	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	REFEIÇÃO DA TARDE	CONSOLIDADO / DIA
ENERGIA (KCAL)	288,42	503,54	358,89	1150,85
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	39,63	81,00	60,97	181,60
PROTEÍNAS (GRAMAS)	9,19	19,23	12,34	40,76
LIPÍDIOS (GRAMAS)	10,66	11,32	7,46	29,45
FIBRAS (GRAMAS)	1,99	8,06	3,33	13,38
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	65,77	12,21	23,11	101,09
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,09	0,42	0,21	0,73
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	6,92	37,36	41,50	85,78
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	146,58	82,25	84,75	313,57
FERRO (MILIGRAMAS)	0,93	1,62	0,70	3,25
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	22,78	50,65	29,40	102,83
SÓDIO (MILIGRAMAS)	171,50	597,96	277,56	1047,02
ZINCO (MILIGRAMAS)	1,01	2,01	1,12	4,14



SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



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

UNIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

CARDÁPIO: 29-06-2026 A 30-06-2026

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA 29-06-2026	TERÇA 30-06-2026			
CAFÉ DA MANHÃ	CAFÉ COM LEITE ROSQUINHA DE CHOCOLATE BANANA PRATA	LEITE COM CANELA (OPCIONAL) PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA			
ALMOÇO	CARNE DE PANELA PURÊ DE MORANGA SALADA DE BETERRABA COZIDA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	OVOS MEXIDOS COM CENOURA BATATA SAUTÉE SALADA DE ALMEIRÃO COM MANGA TOMMY ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES LARANJA PERA			
REFEIÇÃO DA TARDE	- MACARRÃO PARAFUSO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA, CENOURA E TOMATE	- FEIJÃO ENRIQUECIDO COM PERNIL, BETERRABA E INHAME - ARROZ SIMPLES TANGERINA			

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações.

ANA CAROLINA BARCELLOS GUIMARÃES E FARIA

Nutricionista Responsável
CRN - 7902



**MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE
AO PERÍODO DE 29-06-2026 A 30-06-2026**

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)	375,28	441,42	655,30	1472,00
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	58,25	67,63	122,71	248,59
PROTEÍNAS (GRAMAS)	9,16	15,08	20,51	44,74
LIPÍDIOS (GRAMAS)	12,49	12,23	8,75	33,47
FIBRAS (GRAMAS)	3,09	7,85	8,33	19,27
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	96,05	20,25	0,00	116,30
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,15	0,20	0,38	0,72
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	8,42	37,44	38,77	84,62
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	187,88	85,40	51,23	324,51
FERRO (MILIGRAMAS)	0,68	1,63	2,18	4,49
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	35,15	42,37	35,01	112,54
SÓDIO (MILIGRAMAS)	309,37	567,94	281,91	1159,21
ZINCO (MILIGRAMAS)	0,79	2,41	2,33	5,53