

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG

## PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE

## CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL

## ZONA URBANA E RURAL

## FAIXA ETÁRIA (6-10 anos)

## DEZEMBRO 2021

REFEIÇÃO	HORÁRIO	06/12/2021	07/12/2021	08/12/2021	09/12/2021	10/12/2021
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
		Macarrão ao molho bolonhesa Abobrinha salteada	Arroz branco Feijão de caldo Omelete com legumes Salada de repolho	Arroz com brócolis Feijão tropeiro ( <i>feijão, farinha de mandioca, ovo e pernil em cubos</i> ) Salada de couve com repolho	Arroz branco Feijão de caldo Frango em cubos com legumes Salada de alface e tomate	Arroz branco Feijão de caldo Farofa de pernil com couve
Composição nutricional (Média Semanal)		Sobremesa: fruta		Sobremesa: fruta		Sobremesa: fruta
		Energia (Kcal)		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		358		54g	15g	9g
				60%	16%	24%
Orientações:						
A pandemia de Covid-19 trouxe situações imprevisíveis na execução dos contratos (realinhamento de preços e dificuldades na entrega pelos fornecedores) impactando na composição do cardápio. As escolas que necessitarem do lanche complementar (leite e biscoito maisena) para oferecer aos alunos em situação de vulnerabilidade deverão avisar o PMAE. Reserve uma porção de legumes para as refeições da próxima segunda-feira.						



## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG

## PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE

## CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL

## ZONA URBANA E RURAL

## FAIXA ETÁRIA (6-10 anos)

## DEZEMBRO 2021

REFEIÇÃO	HORÁRIO	13/12/2021	14/12/2021	15/12/2021	16/12/2021	17/12/2021
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Mexido (arroz, ovo e legumes) Feijão de caldo	Galinhada Tutu de Feijão Tomate em cubos Salada de alface	Arroz branco Feijão de caldo Picadinho de carne bovina com cenoura	Macarrão ao alho e óleo com brócolis e pernil	Arroz branco feijão de caldo Ovos cozidos no molho de tomate Salada de couve e repolho
		Sobremesa: fruta		Sobremesa: fruta		
Composição nutricional (Média Semanal)			Energia (Kcal) 350	CHO (g) 52g 59%	PTN (g) 14g 16%	LPD (g) 10g 25%
Orientações:						
A pandemia de Covid-19 trouxe situações imprevisíveis na execução dos contratos (realinhamento de preços e dificuldades na entrega pelos fornecedores) impactando na composição do cardápio. As escolas que necessitarem do lanche complementar (leite e biscoito maisena) para oferecer aos alunos em situação de vulnerabilidade deverão avisar o PMAE.						
NUTRICIONISTA RT: Mariana Santos CRN9: 7314 NUTRICIONISTAS QT: Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295 Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590 Herick Ferreira dos Santos CRN9: 26204/P Juliana Pereira Viana CRN9: 7483 Mariana Valiati CRN9: 12376 Thais Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707						



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG  
 PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMMAE  
 CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL  
 ZONA URBANA E RURAL  
 FAIXA ETÁRIA (11-15 anos)  
 DEZEMBRO 2021

REFEIÇÃO	HORÁRIO	06/12/2021	07/12/2021	08/12/2021	09/12/2021	10/12/2021
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Segunda-feira Macarrão ao molho bolonhesa Abobrinha salteada	Terça-feira Arroz branco Feijão de caldo Omelete com legumes Salada de repolho	Quarta-feira Arroz com brócolis Feijão tropeiro ( <i>feijão, farinha de mandioca, ovo e pernil em cubos</i> ) Salada de couve com repolho	Quinta-feira Arroz branco Feijão de caldo Frango em cubos com legumes Salada de alface e tomate	Sexta-feira Arroz branco Feijão de caldo Farofa de pernil com couve
		Sobremesa: fruta				Sobremesa: fruta
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal) 448,23		CHO (g) 66g 59%	PTN (g) 17g 16%	LPD (g) 12g 25%
Orientações:						
<p>A pandemia de Covid-19 trouxe situações imprevisíveis na execução dos contratos (realinhamento de preços e dificuldades na entrega pelos fornecedores) impactando na composição do cardápio.</p> <p>As escolas que necessitarem do lanche complementar (leite e biscoito maisena) para oferecer aos alunos em situação de vulnerabilidade deverão avisar o PMMAE.</p> <p>Reserve uma porção de legumes para as refeições da próxima segunda-feira.</p>						
<p>NUTRICIONISTA RT:            Marlita Martins Santos CRN9: 7314            NUTRICIONISTAS QT:            Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295            Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590            Herick Ferreira dos Santos CRN9: 26204/P            Juliana Pereira Viana CRN9: 7483            Mariana Valiati CRN9: 12376            Thais Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707</p>						

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG  
 PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAL  
 CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL  
 ZONA URBANA E RURAL  
 FAIXA ETÁRIA (11-15 anos)



DEZEMBRO 2021

REFEIÇÃO	HORÁRIO	13/12/2021		14/12/2021		15/12/2021		16/12/2021		17/12/2021	
		Segunda-feira	Mexido (arroz, ovo e legumes) Feijão de caldo	Terça-feira	Galinhada Tutu de Feijão Tomate em cubos Salada de alface	Quarta-feira	Arroz branco Feijão de caldo Picadinho de carne bovina com cenoura	Quinta-feira	Macarrão ao alho e óleo com brócolis e pimental	Sexta-feira	Arroz branco feijão de caldo Ovos cozidos no molho de tomate Salada de couve e repolho
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Sobremesa: fruta		Sobremesa: fruta		Sobremesa: fruta					
		Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO (g)		PTN (g)		LPD (g)	
		432		64g		59%		17g		12g	
Orientações:											
<p>A pandemia de Covid-19 trouxe situações imprevisíveis na execução dos contratos (realinhamento de preços e dificuldades na entrega pelos fornecedores) impactando na composição do cardápio.</p> <p>As escolas que necessitarem do lanche complementar (leite e biscoito maisena) para oferecer aos alunos em situação de vulnerabilidade deverão avisar o PMAL.</p> <p style="text-align: right;"> <b>NUTRICIONISTA RT:</b>            Marília Martins Santos CRN9: 7314  <b>NUTRICIONISTAS QT:</b>            Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295            Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590            Hericki Ferreira dos Santos CRN9: 26204/P            Juliana Pereira Viana CRN9: 7483            Mariana Valiati CRN9: 12376            Thaís Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707         </p>											