



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG  
PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE  
CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - PERÍODO PARCIAL  
ZONA URBANA E RURAL  
FAIXA ETÁRIA (4-5 anos)

MARÇO 2022

REFEIÇÃO	HORÁRIO	28/02/2022	01/03/2022	02/03/2022	03/03/2022	04/03/2022
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
CAFÉ DA MANHÃ	07h:30					
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	RECESSO	FEIJOADO	RECESSO	Arroz com pernil Feijão de caldo Legumes assados (chuchu, abobrinha, batata e cabotiá)	Macarrão ao molho bolonhesa enriquecido com cenoura
		Composição nutricional (Média Semanal)	Energia (Kcal) 413,3	CHO 57G 55%	PTN 13G 13%	LPD 15g 33%
Orientações:						
<p>As escolas que necessitarem do lanche complementar (leite e biscoito maisena) para oferecer aos alunos em situação de vulnerabilidade deverão avisar o PMAE.</p> <p>Reserve uma porção de legumes para as refeições da próxima segunda-feira.</p>						
<p style="text-align: center;">  </p> <p style="text-align: center;"> <b>NUTRICIONISTA RT:</b>            Marília Martins Santos CRN9: 7314         </p> <p style="text-align: center;"> <b>NUTRICIONISTAS QT:</b>            Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295            Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590            Hericki Ferreira dos Santos CRN9: 26204            Juliana Pereira Viana CRN9: 7483            Mariana Valiati CRN9: 12376            Thais Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707         </p>						

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG  
PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE  
CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - PERÍODO PARCIAL  
ZONA URBANA E RURAL  
FAIXA ETÁRIA (4-5 anos)

MARÇO 2022

REFEIÇÃO	HORÁRIO	07/03/2022	08/03/2022	09/03/2022	10/03/2022	11/03/2022			
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira			
CAFÉ DA MANHÃ	07h:30	Vitamina de banana Biscoito água e sal	Leite queimado Biscoito água e sal	Leite puro Biscoito de polvilho	Vitamina de mamão Biscoito água e sal	Leite queimado Biscoito água e sal			
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Arroz branco Feijão de caldo Ovos mexidos com legumes	Arroz branco Feijão de caldo Carne moída ao molho vermealho com batata, cenoura e chuchu	Arroz com pernil Feijão de caldo Cabotia assada com abobrinha Salada de alface	Sopa de macarrão com legumes e frango	Arroz branco Feijão de caldo Farofa de pernil com couve e abobrinha			
							Fruita	Fruita	Fruita
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	407	CHO	59g	PTN	15g	LPD	13g
Orientações:					58%		15%		29%
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.									
		<p style="text-align: center;">             NUTRICIONISTA RT:            Marília Martins Santos CRNO: 7314            NUTRICIONISTAS QT:            Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295            Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590            Herlú Ferreira dos Santos CRN9: 26204            Juliana Pereira Viana CRN9: 7483            Mariana Valati CRN9: 12376            Thais Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707         </p>							

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG  
PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE  
CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - PERÍODO PARCIAL  
ZONA URBANA E RURAL  
FAIXA ETÁRIA (4-5 anos)

MARÇO 2022

REFEIÇÃO	HORÁRIO	14/03/2022	15/03/2022	16/03/2022	17/03/2022	18/03/2022
CAFÉ DA MANHÃ	07h:30	Segunda-feira Vitamina de banana Biscoito água e sal	Terça-feira Leite queimado Biscoito água e sal	Quarta-feira Vitamina de banana com abacate Biscoito de polvilho	Quinta-feira Leite queimado Biscoito água e sal	Sexta-feira Leite queimado Biscoito água e sal
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Arroz nutritivo (ovo, cenoura e abobrinha picados) Feijão de caldo Salada de alface	Macarrão ao molho de tomate com legumes e frango desfiado	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína com legumes Salada de couve	Arroz branco Tutu de feijão Batata doce assada Carne bovina de panela com legumes	Arroz Feijão Mandioca ao molho com pernil Salada de cenoura com alface
Orientações:						

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.



## NUTRICIONISTAS QT:

Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295  
Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590  
Hericki Ferreira dos Santos CRN9: 26204  
Juliana Pereira Viana CRN9: 7483  
Mariana Valiati CRN9: 12376  
Thais Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707

## NUTRICIONISTA RT:

Marília Martins Santos CRN9: 7314

**PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE**  
**CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - PERÍODO PARCIAL**  
**ZONA URBANA E RURAL**  
**FAIXA ETÁRIA (4-5 anos)**

**MARÇO 2022**

REFEIÇÃO	HORÁRIO	21/03/2022	22/03/2022	23/03/2022	24/03/2022	25/03/2022			
CAFÉ DA MANHÃ	07h:30	Segunda-feira Leite queimado Biscoito água e sal	Terça-feira Leite queimado Biscoito água e sal	Quarta-feira Vitamina de banana com abacate	Quinta-feira Leite queimado Biscoito água e sal	Sexta-feira Leite queimado Biscoito água e sal			
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Arroz branco Feijão de caldo Farofa de ovo com abobrinha e cenoura	Arroz branco Feijão Pernil ao molho com legumes Salada de alface	Arroz com cenoura Feijão Carne bovina ao molho vermelho com inhame	Arroz branco Feijão de caldo Purê de cabotiá com batata Pernil ao molho com legumes	Galinhada colorida (frango, cenoura, abobrinha) Feijão de caldo Salada de couve			
							Fruita	Fruita	Fruita
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	405,8	CHO	57g 57%	PTN	15g 15%	LPD	13g 29%
Orientações:									

As escolas que necessitam 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.



**NUTRICIONISTA RT:**  
Marília Martins Santos CRN9: 7314

**NUTRICIONISTAS QT:**  
Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295  
Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590  
Hericki Ferreira dos Santos CRN9: 26204  
Juliana Pereira Viana CRN9: 7483  
Mariana Valhati CRN9: 12376  
Thais Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707

PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE  
CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - PERÍODO PARCIAL  
ZONA URBANA E RURAL  
FAIXA ETÁRIA (4-5 anos)

MARÇO 2022

REFEIÇÃO	HORÁRIO	28/03/2022	29/03/2022	30/03/2022	31/03/2022	01/04/2022
CAFÉ DA MANHÃ	07h:30	Segunda-feira Leite queimado Biscoito água e sal	Terça-feira Leite queimado Biscoito água e sal	Quarta-feira Vitamina de banana com mamão	Quinta-feira Leite queimado Biscoito água e sal	Sexta-feira Leite queimado Biscoito água e sal
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Arroz branco Feijão de caldo Omelete colorido (chuchu, cenoura, abobrinha e couve picada)	Arroz branco Feijão de caldo Quitibe de mandioca com carne suína Salada de cenoura com alface	Arroz branco Feijão de caldo Frango em cubos com legumes Batata doce assada	Fruita	Fruita
Orientações:						

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.



NUTRICIONISTA RT:  
Marília Martins Santos CRN9: 7314

NUTRICIONISTAS QT:  
Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295  
Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590  
Hericki Ferreira dos Santos CRN9: 26204  
Juliana Pereira Viana CRN9: 7483  
Mariana Valiati CRN9: 12376  
Thais Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707