

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE

CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - BERÇÁRIO E CRECHE

ZONA URBANA E RURAL

FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos)

MAIO 2022

REFEIÇÃO	HORÁRIO	02/05/2022		03/05/2022		04/05/2022		05/05/2022		06/05/2022	
		Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Bismaguinha com manteiga Leite puro		Biscoito água e sal Suco de caji		Pão francês com manteiga Leite puro		Biscoito de polvilho Vitamina de banana		Biscoito maisena Leite puro	
COLAÇÃO	9:00h	Fruita		Fruita		Fruita		Fruita		Fruita	
ALMOÇO	10:30h	Arroz branco Feijão de caldo Farofa de cenoura com ovo		Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de pernil Salada de couve		Arroz branco Feijão de caldo Frango em cubos com chuchu Purê de cabotia		Arroz branco Feijão de caldo Frango em cubos com inhame Salada de alface com tomate		Macarrão alho e óleo com abobrinha e cenoura picados e frango em cubos	
LANCHE	13:00h	Leite		Leite		Leite		Leite		Leite	
JANTAR	16:00h	Macarrão alho e óleo com abobrinha e cenoura picados e frango		Arroz branco Feijão de caldo Farofa de cenoura com ovo		Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de pernil Salada de couve		Arroz branco Feijão de caldo Frango em cubos com chuchu Purê de cabotia		Arroz branco Feijão de caldo Carné moída com inhame Salada de alface com tomate	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL											
Orientações											
Reserve (congelado) uma porção de hortifrutis para as preparações da segunda-feira.											
A colação (refeição das 9h), pode ser ofertada após o almoço a critério da rotina escolar.											
*O pão francês será entregue conforme cronograma, dessa forma a escola deve adequar o cardápio (trocar a preparação do dia) de acordo com a programação de entrega previsto.											
*Os hortifrutis estão sujeitos à mudanças nas entregas, devido a alterações climáticas e outros motivos, podendo impactar no cardápio. É recomendado que façam substituições, caso necessário.											
*O ovo é um alimento fonte de proteína, rico em vitaminas e minerais. No cardápio é sempre ofertado com outros ingredientes para enriquecer a refeição e garantir a diversidade de preparações. Sendo assim, deve ser respeitado a forma de preparação determinada no cardápio.											
Energia (Kcal)			744,16			CHO (g)			109		
Cálcio (mg)			368,2			Ferro (mg)			4,28		
PTN (g)			29			Retinol (mcg)			151,45		
LPD (g)			22			Vit. C (mg)			33,1		

NUTRICIONISTA RT:

Marília Martins Santos CRN9: 7314

NUTRICIONISTAS QT:

Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295

Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590

Herick Ferreira dos Santos CRN9: 26204

Mariana Valiati CRN9: 12376

Thais Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707

Gabriela Pereira Teixeira

Nutricionista

CRN9 19.295



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE
CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - BERÇÁRIO E CRECHEZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos)

MAIO 2022

REFEIÇÃO	HORÁRIO	09/05/2022							
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira			
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Bisnaguinha com manteiga Leite puro	Biscoito água e sal Suco de caju	Pão francês com manteiga Leite puro	Biscoito de polvilho Vitamina de banana	Biscoito maisena Leite puro			
COLAÇÃO	9:00h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta			
ALMOÇO	10:30h	Arroz branco Feijão de caldo Omelete de forno com chuchu ralado	Macarrão com molho bolonhesa enriquecido com cenoura e abobrinha	Galinhada Tutu de feijão Batata doce assada Salada de tomate	Arroz branco Feijão de caldo Quibebe de mandioca com pernil Salada de couve	Arroz branco Feijão de caldo Frango desfiado com molho de tomate Salada de alface			
LANCHE	13:00h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite			
JANTAR	16:00h	Arroz branco Feijão de caldo Frango desfiado com molho de tomate Salada de alface	Arroz branco Feijão de caldo Omelete de forno com chuchu ralado	Macarrão com molho bolonhesa enriquecido com cenoura e abobrinha	Galinhada Tutu de feijão Batata doce assada Salada de tomate	Arroz branco Feijão de caldo Quibebe de mandioca com pernil Salada de couve			
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL									
Orientações									
		Energia (Kcal)	750,4	CHO (g)	113	PTN (g)	27	LPD (g)	21
					60%		15%		26%
		Cálcio (mg)	360,75	Ferro (mg)	3,92	Retinol (mcg)	151,33	Vit. C (mg)	31,4

Reserve (congelado) uma porção de hortifrutis para as preparações da segunda-feira.

A colação (refeição das 9h), pode ser ofertada após o almoço a critério da rotina escolar.

*O pão francês será entregue conforme cronograma, dessa forma a escola deve adequar o cardápio (trocar a preparação do dia) de acordo com a programação de entrega previsto.

*Os hortifrutis estão sujeitos à mudanças nas entregas, devido a alterações climáticas e outros motivos, podendo impactar no cardápio. É recomendado que façam substituições, caso necessário.

*O ovo é um alimento fonte de proteína, rico em vitaminas e minerais. No cardápio é sempre ofertado com outros ingredientes para enriquecer a refeição e garantir a diversidade de preparações. Sendo assim, deve ser respeitado a forma de preparação determinada no cardápio.

NUTRICIONISTA RT:

Marília Martins Santos CRN9: 7314

NUTRICIONISTAS QT:

Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295

Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590

Herlki Ferreira dos Santos CRN9:26204

Mariana Valahi CRN9: 12376

Thaís Mariana Silva Mendonça CRN9:19707


Gabriela Pereira Teixeira

Nutricionista

CRN9 19.295



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE

CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - BERÇÁRIO E CRECHE

ZONA URBANA E RURAL

FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos)

MAIO 2022

REFEIÇÃO	HORÁRIO	16/05/2022		17/05/2022		18/05/2022		19/05/2022		20/05/2022	
		Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Bisnaguinha com manteiga Leite puro	Biscoito água e sal Suco de caju	Pão francês com manteiga Leite puro	Biscoito de polvilho Vitamina de banana	Biscoito maisena Leite puro					
COLAÇÃO	9:00h	Fruita	Fruita	Fruita	Fruita	Fruita					
ALMOÇO	10:30h	Salada de macarrão (macarrão parafuso, ovo cozido picado, chuchu e cenoura picados)	Arroz branco Feijão tropeiro (feijão, ovo e carne suína) Purê de inhame com cabotia	Arroz com aborinha ralada e frango desfiado Feijão de caldo Salada de alface	Arroz branco Feijão de caldo Carne moída com batata Salada de tomate e cenoura	Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de frango Salada de couve					
LANCHE	13:00h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite					
JANTAR	16:00h	Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de frango Salada de couve	Salada de macarrão (macarrão parafuso, ovo cozido picado, chuchu e cenoura picados)	Arroz branco Feijão tropeiro (feijão, ovo e carne suína) Purê de inhame com cabotia	Arroz com aborinha ralada e frango desfiado Feijão de caldo Salada de alface	Arroz branco Feijão de caldo Carne moída com batata Salada de tomate e cenoura					
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL											
Orientações											
		Energia (Kcal)		CHO (g)		PTN (g)		LPD (g)			
		763		113		30		22			
		59%		59%		15%		26%			
		Cálcio (mg)		Ferro (mg)		Retinol (mcg)		Vit. C (mg)			
		368,2		4,31		154,6		35,46			

Reserve (congelado) uma porção de hortifrutis para as preparações da segunda-feira.

A colação (refeição das 9h), pode ser ofertada após o almoço a critério da rotina escolar.

*O pão francês será entregue conforme cronograma, dessa forma a escola deve adequar o cardápio (trocar a preparação do dia) de acordo com a programação de entrega previsto.

*Os hortifrutis estão sujeitos à mudanças nas entregas, devido a alterações climáticas e outros motivos, podendo impactar no cardápio. É recomendado que façam substituições, caso necessário.

*O ovo é um alimento fonte de proteína, rico em vitaminas e minerais. No cardápio é sempre ofertado com outros ingredientes para enriquecer a refeição e garantir a diversidade de preparações. Sendo assim, deve ser respeitado a forma de preparação determinada no cardápio.

NUTRICIONISTA RT:

Marília Martins Santos CRN9: 7314

NUTRICIONISTAS QT:

Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295

Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590

Heriki Ferreira dos Santos CRN9: 26204

Mariana Valiati CRN9: 12376

Thais Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707

Gabriela Pereira Teixeira

Nutricionista

CRN9 19.295



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG

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

CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - BERÇÁRIO E CRECHE

ZONA URBANA E RURAL

FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos)

MAIO 2022

REFEIÇÃO	HORÁRIO	MAIO 2022							
		23/05/2022 Segunda-feira	24/05/2022 Terça-feira	25/05/2022 Quarta-feira	26/05/2022 Quinta-feira				
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Bismaguinha com manteiga Leite puro	Biscoito água e sal Suco de caju	Pão francês com manteiga Leite puro	Biscoito de polvilho Vitamina de banana	Biscoito maisena Leite puro			
COLAÇÃO	9:00h	Fruita	Fruita	Fruita	Fruita	Fruita			
ALMOÇO	10:30h	Arroz branco Feijão de caldo Ovo mexido com cenoura e abobrinha	Arroz branco Feijão caldo Frango em cubos ao molho com mandioca cozida Salada de couve	Macarrão ao molho de tomate com frango desfiado e chuchu ralado	Arroz com pernil Feijão de caldo Batata doce assada Salada de alface	Arroz branco Feijão de caldo Carne moída Farofa de banana Salada de tomate			
LANCHE	13:00h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite			
JANTAR	16:00h	Arroz branco Feijão de caldo Carne moída Fafora de banana Salada de tomate	Arroz branco Feijão de caldo Ovo mexido com cenoura e abobrinha	Arroz branco Feijão caldo Frango em cubos ao molho com mandioca cozida Salada de couve	Macarrão ao molho de tomate com frango desfiado e chuchu ralado	Arroz com pernil Feijão de caldo Batata doce assada Salada de alface			
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL		Energia (Kcal)		CHO (g)		PTN (g)		LPD (g)	
		776,48		116		30		22	
		Cálculo (mg)		59%		15%		26%	
		369,4		4,27		151,45		34,37	

Orientações

Reserve (congelado) uma porção de hortifrutis para as preparações da segunda-feira.

A colação (refeição das 9h), pode ser ofertada após o almoço a critério da rotina escolar.

*O pão francês será entregue conforme cronograma, dessa forma a escola deve adequar o cardápio (trocar a preparação do dia) de acordo com a programação de entrega previsto.

*Os hortifrutis estão sujeitos à mudanças nas entregas, devido a alterações climáticas e outros motivos, podendo impactar no cardápio. É recomendado que façam substituições, caso necessário.

*O ovo é um alimento fonte de proteína, rico em vitaminas e minerais. No cardápio é sempre ofertado com outros ingredientes para enriquecer a refeição e garantir a diversidade de preparações. Sendo assim, deve ser respeitado a forma de preparação determinada no cardápio.

NUTRICIONISTA RT:

Marília Martins Santos CRN9: 7314

NUTRICIONISTAS QT:

Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295

Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590

Herika Ferreira dos Santos CRN9: 26204

Mariana Valhati CRN9: 12376

Thais Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707

Gabriela Pereira Teixeira

Nutricionista

CRN9 19.295



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE
CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - BERÇÁRIO E CRECHE
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos)
MAIO 2022

REFEIÇÃO	HORÁRIO	30/05/2022					
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Bisnaguinha com manteiga Leite puro	Biscoito água e sal Suco de cajiú	Pão francês com manteiga Leite puro	Biscoito de polvilho Vitamina de banana	Biscoito maisena Leite puro	
COLAÇÃO	9:00h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
ALMOÇO	10:30h	Arroz branco Feijão de caldo Salada de batata inglesa com ovo cozido	Galinhada colorida (galinhada com chuchu e cenoura ralados) Tutu de feijão	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína em cubos com inhame Salada de couve	Macarrão a bolonhesa enriquecido com abobrinha	Arroz com pernil Feijão de caldo Purê de cabotia Salada de alface com tomate	
LANCHE	13:00h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	
JANTAR	16:00h	Arroz com pernil Feijão de caldo Purê de cabotia Salada de alface com tomate	Arroz branco Feijão de caldo Salada de batata inglesa com ovo cozido	Galinhada colorida (galinhada com chuchu e cenoura ralados) Tutu de feijão	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína em cubos com inhame Salada de couve	Macarrão a bolonhesa enriquecido com abobrinha	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL		Energia (Kcal)		CHO (g)		PTN (g)	
		760,6		111		30	
		Calcio (mg)		Ferro (mg)		Retinol (mcg)	
		367,07		4,34		151,29	
						Vit. C (mg)	
				35,44			

Orientações

- Reserve (congelado) uma porção de hortifrutis para as preparações da segunda-feira.
- A colação (refeição das 9h), pode ser ofertada após o almoço a critério da rotina escolar.
- *O pão francês será entregue conforme cronograma, dessa forma a escola deve adequar o cardápio (trocar a preparação do dia) de acordo com a programação de entrega previsto.
- *Os hortifrutis estão sujeitos à mudanças nas entregas, devido a alterações climáticas e outros motivos, podendo impactar no cardápio. É recomendado que façam substituições, caso necessário.
- *O ovo é um alimento fonte de proteína, rico em vitaminas e minerais. No cardápio é sempre ofertado com outros ingredientes para enriquecer a refeição e garantir a diversidade de preparações. Sendo assim, deve ser respeitado a forma de preparação determinada no cardápio.

NUTRICIONISTA RT:

Marília Martins Santos CRN9: 7314

NUTRICIONISTAS QT:

Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295

Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590

Herikí Ferreira dos Santos CRN9: 26204

Mariana Valiati CRN9: 12376

Thais Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707

**Gabriela Pereira Teixeira**

Nutricionista

CRN9 19.295