

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 (11-15 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											
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	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 picadas e frango		Suco de Cajuí		Suco de Cajuí		Banana					
		Suco de Cajuí		Suco de Cajuí		Suco de Cajuí		Suco de Cajuí		Suco de Cajuí											
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO (g)		PTN (g)		LPD (g)													
		468 Kcal		70,0 g 60%		18,0 g 15%		13,0 g 25%													

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.
*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 são 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
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 FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (11-15 anos)

MAIO 2022

REFEIÇÃO	HORÁRIO	09/05/2022			10/05/2022			11/05/2022			12/05/2022			13/05/2022		
		Segunda-feira			Terça-feira			Quarta-feira			Quinta-feira			Sexta-feira		
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	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 alface com tomate			Arroz branco Feijão de caldo Quibebe de mandioca com pernil Salada de couve			Pão francês Frango desfiado com molho de tomate		
		Suco de cajú			Mexerica			Suco de Cajú			Banana			Suco de Cajú		
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)			CHO (g)			PTN (g)			LPD (g)					
		450 Kcal			67,0 g 58%			17,0 g 15%			13,0 g 27%					

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.
*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 Vallati 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 FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (11-15 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							
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	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 em cubos		Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de frango Salada de couve							
		Suco de cajú		Suco de cajú		Abacate		Suco de Cajú		Banana							
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		487 Kcal		CHO (g)		76,0 g 62%		PTN (g)		19,0 g 15%		LPD (g)		12,0 g 23%	

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.

* 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 a 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
Herick Ferreira dos Santos CRN9: 26204
Martana 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 FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (11-15 anos)

MAIO 2022

REFEIÇÃO	HORÁRIO	23/05/2022			24/05/2022			25/05/2022			26/05/2022			27/05/2022		
		Segunda-feira			Terça-feira			Quarta-feira			Quinta-feira			Sexta-feira		
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	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		
		Suco de cajiú			Mexerica			Suco de Cajú								
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO (g)		PTN (g)		LPD (g)								
		484 Kcal		77,0 g 63%		18,0 g 15%		11,0 g 21%								

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.
*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 a 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:

Márcia 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

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 FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (11-15 anos)

MAIO 2022

REFEIÇÃO	HORÁRIO	30/05/2022		31/05/2022		01/06/2022		02/06/2022		03/06/2022	
		Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	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	
		Suco de caju		Banana		Suco de Caju					
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO (g)		PTN (g)		LPD (g)			
		476 Kcal		74,0 g		18,0 g		12,0 g			
		62%		15%		22%					

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.
*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:

Márcia 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

