

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 (6 a 12 meses)

JULHO 2022

REFEIÇÃO	HORÁRIO	04/07/2022		05/07/2022		06/07/2022		07/07/2022		08/07/2022					
		Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira					
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Mamadeira		Mamadeira		Mamadeira		Mamadeira		Mamadeira					
COLAÇÃO	9:00h	Fruta		Fruta		Fruta		Fruta		Fruta					
ALMOÇO	10:30h	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Omelete com chuchu e cenoura		Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Escondidinho de carne moída Cenoura e chuchu cozidos		Papinha de galinhada Tutu Purê de batata doce		Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Quibebe de inhame com carne suína desfiada Alface picadinha		Sopa de macarrão com legumes					
LANCHE	13:00h	Mamadeira		Mamadeira		Mamadeira		Mamadeira		Mamadeira					
JANTAR	16:00h	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Quibebe de inhame com carne suína desfiada Alface picadinha		Sopa de macarrão com legumes		Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Omelete com chuchu e cenoura		Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Escondidinho de carne moída Cenoura e chuchu cozidos		Painha de galinhada Tutu Purê de batata doce					
<b>COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL</b>															
<b>Orientações</b>															
Energia (Kcal)				503,5				CHO (g)				74			
Cálcio (mg)				299				Ferro (mg)				2,44			
PTN (g)				21				LPD (g)				14			
Retinol (mcg)				124,3				Vit. C (mg)				39,6			

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.

\*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



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 (6 a 12 meses)  
JULHO 2022



REFEIÇÃO	HORÁRIO	11/07/2022	12/07/2022	13/07/2022	14/07/2022	15/07/2022	
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	
COLAÇÃO	9:00h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
ALMOÇO	10:30h	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Farofa de ovo com chuchu ralado	Papinha de arroz com pernil Feijão de caldo amassado Abobrinha e cenoura assadas	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Farofa de pernil desfiado Salada de couve picadinha	Papinha de macarrão com molho bolonhesa enriquecido	Papinha de arroz com legumes Feijão de caldo amassado Estrogonofe de frango com creme de inhame	
LANCHE	13:00h	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	
JANTAR	16:00h	Papinha de macarrão com molho bolonhesa enriquecido	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Farofa de pernil desfiado Salada de couve picadinha	Papinha de arroz com legumes Feijão de caldo amassado Estrogonofe de frango com creme de inhame	Papinha de arroz com pernil Feijão de caldo amassado Abobrinha e cenoura assadas	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Farofa de pernil desfiado Salada de couve picadinha	
<b>COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL</b>		<b>Energia (Kcal)</b>		<b>CHO (g)</b>		<b>PTN (g)</b>	
		507,9		74		20	
		<b>Calcio (mg)</b>		<b>Ferro (mg)</b>		<b>Retinol (mcg)</b>	
		309		2,43		121,8	
				<b>LPD (g)</b>		<b>Vit. C (mg)</b>	
		15		26%			

**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.  
\*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.

*Albanyes*  
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