

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)

AGOSTO 2022

REFEIÇÃO	HORÁRIO	01/08/2022	02/08/2022	03/08/2022	04/08/2022	05/08/2022
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Arroz branco Feijão de caldo Farofinha de ovo com cenoura ralada	Batão de três com carne suína Salada de repolho com tomate	Arroz branco Feijão de caldo Frango em cubos Purê de batata doce com molho de tomate Salada de couve	Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de mandioca com carne moída Beterraba ralada Salada de alface	Sopa de macarrão, legumes e frango
		Suco de cajiú		Abacaxi		Banana
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO	PTN	LPD
		495,36		80g	19g	11g
				65%	15%	20%

Orientações:

As escolas que necessitarem do lanche complementar (leite e biscoito maisena ou biscoito água e sal) 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.

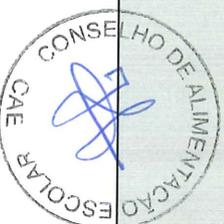
* Os hortifrutis estão sujeitos à mudanças nas entregas, devido a alterações climáticas e outros motivos, podendo impactar no cardápio. É recomendado que façam substituições, caso necessário.

* 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.

Alberto

NUTRICIONISTA RT:

Martina Martins Santos CRN9: 7314



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)
AGOSTO 2022

REFEIÇÃO	HORÁRIO	AGOSTO 2022			
		08/08/2022	09/08/2022	10/08/2022	11/08/2022
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira
		Arroz branco Feijão de caldo Fritada de batata inglesa	Galinhada Tutu de feijão Purê de cabotiã Vinagrete	Macarão com molho bolonhesa enriquecido com legumes	Arroz branco Feijão de caldo Estrogonofe de frango com creme de inhame salada de couve com repolho
Composição nutricional (Média Semanal)		Suco de caju		Banana	Laranja
		Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD
		465,75	73g	18g	11g
			62%	15%	21%
Orientações:					

As escolas que necessitarem do lanche complementar (leite e biscoito maisena ou biscoito água e sal) para oferecer aos alunos em situação de vulnerabilidade deverão avisar o PMAE.

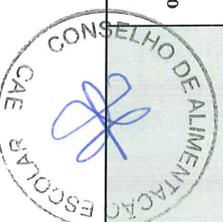
Reserve uma porção de legumes para as refeições da próxima segunda-feira.

* 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.

Martina Santos
NUTRICIONISTA RT:
Martina Martins Santos CRN9: 7314



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 (7-15 anos)
AGOSTO 2022

REFEIÇÃO	HORÁRIO	15/08/2022	16/08/2022	17/08/2022	18/08/2022	19/08/2022
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	FERIADO	Arroz branco Feijão de caldo Quibebe de mandioca com carne suinta	Arroz branco Feijão de caldo Filé de coxa com batata doce assada	Arroz com carne bovina Feijão de caldo Beterraba ralada	Arroz branco Feijão de caldo Frango em cubos com cenoura
				Suco de cajú	Banana	
Composição nutricional (Média Semanal)			Energia (Kcal) 492,36	CHO 75g 61%	PTN 20g 16%	LPD 12 22%
Orientações:						
As escolas que necessitarem do lanche complementar (leite e biscoito maisena ou biscoito água e sal) para oferecer aos alunos em situação de vulnerabilidade deverão avisar o PMMAE. Reserve uma porção de legumes para as refeições da próxima segunda-feira. * O pão francês será entregue com fome cronograma, dessa forma a escola deve adequar o cardápio (trocar a preparação do dia) de acordo com a programação de entrega previsto. * Os horifrutis 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.						

Martins
NUTRICIONISTA RT:
Marília Martins Santos CRN9: 7314



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)
AGOSTO 2022

REFEIÇÃO	HORÁRIO	22/08/2022	23/08/2022	24/08/2022	25/08/2022	26/08/2022	
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Segunda-feira	Arroz branco Feijão de caldo Ovos cozidos ao molho suco	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína assada Purê de inhame com cabotiá	Arroz branco Feijão de caldo Frango ao molho com abobrinha em cubos Salada de repolho com tomate	Sopa de macarrão, legumes e carne bovina	Arroz branco Feijão de caldo Frango assado com batata Salado de alface e couve
		Terceira-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira		
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO	PTN	LPD	
		466,33		71g 61%	18g 16%	12g 16%	
Orientações:							
<p>As escolas que necessitarem do lanche complementar (leite e biscoito maisena ou biscoito água e sal) 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>*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.</p> <p>*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.</p> <p>*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.</p>							

Alberto
NUTRICIONISTA RT:

Marília Martins Santos CRN9: 7314



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)
AGOSTO 2022

REFEIÇÃO	HORÁRIO	29/08/2022	30/08/2022	31/08/2022	01/09/2022	02/09/2022
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Segunda-feira Arroz branco Feijão tropeiro (Feijão, ovo, carne suína e farinha de mandioca) Mandioca cozida	Terça-feira Macarrão com molho a bolonhesa enriquecido com cenoura	FERIADO	Quinta-feira Galinhada Tutu de feijão Batata doce assada Salada de alface e tomate	Sexta-feira Arroz branco Feijão de caldo Frango ao molho Beterraba ralada Salada de couve com repolho
		Suco de cajiá	Quarta-feira		Abacaxi Banana	
Composição nutricional (Média Semanal)			Energia (Kcal) 477,94	CHO 73g 61%	PTN 20g 17%	LPD 11g 21%

Orientações:

As escolas que necessitarem do lanche complementar (leite e biscoito maisena ou biscoito água e sal) 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.

Marília Martins Santos CRN9: 7314

NUTRICIONISTA RT:

Marília Martins Santos

