

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)

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                          | 07h:30                      | Pão Francês com manteiga<br>Leite com chocolate em pó           |                | Biscoito de polvilho<br>Suco de caju  |             | Bolo de banana<br>Leite queimado                            |             | Bolacha água e sal<br>Leite com chocolate em pó  |             | Bismaguinha<br>Leite queimado |  |
| PRINCIPAL                              | Manhã: 10:30h<br>Tarde: 16h | Arroz branco<br>Feijão de caldo<br>Omelete com chuchu e cenoura |                | Arroz branco<br>Feijão de caldo<br>Escondidinho de mandioca com carne moída<br>Cenoura cozida |             | Galmhada<br>Tutu<br>Purê de batata doce<br>Salada de tomate |             | Arroz branco<br>Feijão de caldo<br>Quibebe de inhame com carne suína<br>Salada de alface |             | Sopa de macarrão com legumes  |  |
|  |                             | Suco de caju  |                | Banana  |             | Suco de caju  |             | Mexerica   |             |                               |  |
| Composição nutricional (Média Semanal) |                             |   | Energia (Kcal) |   | CHO         |   | PTN         |  | LPD         |                               |  |
|  |                             |   | 418 Kcal       |   | 68 g<br>64% |   | 14 g<br>13% |  | 10 g<br>23% |                               |  |

## 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.

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

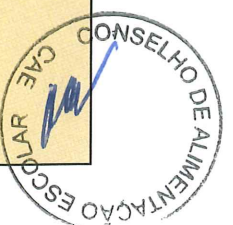
Mariana Valati CRN9: 12376

Thais Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707



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)

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                          | 07h:30                      | Bolacha água e sal<br>Leite queimado                           | Bisnaguinha<br>Leite com chocolate em pó                                   | Biscoito polvilho<br>Suco de caju   | Pão francês com manteiga<br>Leite com chocolate em pó | Panqueca de banana<br>Leite queimado   |  |              |  |             |  |
| PRINCIPAL                              | Manhã: 10:30h<br>Tarde: 16h | Arroz branco<br>Feijão de caldo<br>Farofa de ovo com abobrinha | Arroz com pernil<br>Feijão de caldo<br>Abobrinha, chuchu e cenoura assadas | Arroz branco<br>Feijão tropeiro (feijão, ovo, carne suna, farinha de rosca)<br>Salada de couve com tomate | Macarrão com molho bolonhesa enriquecido              | Arroz branco com legumes<br>Feijão de caldo<br>Estrogonofe de frango com creme de inhame |  |              |  |             |  |
| Suco de caju                           |                             |  |  | Mexerica  | Banana  | Suco de caju   |  |              |  |             |  |
| Composição nutricional (Média Semanal) |                             | Energia (Kcal)   |  | CHO   |   | PTN  |  | LPD          |  |             |  |
|  |                             | 429,1  |  | 67 g  |   | 16 g   |  | 11 g         |  |             |  |
|  |                             |  |  | 63%   |   | 15%  |  | 23%          |  |             |  |

## 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.

NUTRICIONISTA RT:

Márlia 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