

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)
DEZEMBRO 2022

REFEIÇÃO	HORÁRIO	DEZEMBRO 2022					
		05/12/2022 Segunda-feira	06/12/2022 Terça-feira	07/12/2022 Quarta-feira	08/12/2022 Quinta-feira	09/12/2022 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 cenoura ralada	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Carne moída com batata e tomate	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Farofa de carne suína Beterraba cozida	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Escondidinho de mandioca com frango e tomate	Papinha de macarrão com molho à bolonhesa enriquecido com cenoura	
LANCHE	13:00h	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	
JANTAR	16:00h	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Escondidinho de mandioca com frango e tomate	Papinha de macarrão com molho à bolonhesa enriquecido com cenoura	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Omelete com cenoura ralada	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Carne moída com batata e tomate	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Farofa de carne suína Beterraba cozida	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL		Orientações					
		Energia (Kcal)		CHO (g)		PTN (g)	
		516		76		21	
		Cálcio (mg)		Ferro (mg)		Retinol (mcg)	
		303		2,64		125	
		LPD (g)		Vit. C (mg)			
		15		40,1			
		25%					

*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.
 **Veja as demais orientações sobre a consistência das papinhas e como oferecer folhas (alface, couve e repolho) no documento em anexo.

NUTRICIONISTA RT:
 Marília Martins Santos CRN9: 7314
NUTRICIONISTAS QT:
 Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295



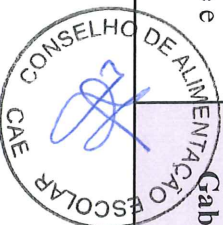
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE
CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - BERÇÁRIO E CRECHE
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)
DEZEMBRO 2022

REFEIÇÃO	HORÁRIO	12/12/2022	13/12/2022	14/12/2022	15/12/2022	16/12/2022	
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	
COLAÇÃO	9:00h	Fruita	Fruita	Fruita	Fruita	Fruita	
ALMOÇO	10:30h	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Quibebe de mandioca com carne suína	Sopa de macarrão, frango e legumes	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Frango desfiado com tomate Purê de batata inglesa	Papinha de arroz com pernil Feijão de caldo amassado Beterraba cozida	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Carne moída com cenoura Purê de batata doce	
LANCHE	13:00h	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	
JANTAR	16:00h	Papinha de arroz com pernil Feijão de caldo amassado Beterraba cozida	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Carne moída com cenoura Purê de batata doce	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Quibebe de mandioca com carne suína	Sopa de macarrão, frango e legumes	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Frango desfiado com tomate Purê de batata inglesa	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL		Orientações					
		Energia (Kcal)	512	CHO (g)	75	PTN (g)	22
					58%		17%
		Cálcio (mg)	300	Ferro (mg)	2,54	Retinol (mcg)	119
						LPD (g)	14
					25%	Vit. C (mg)	40,5

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.
 **Veja as demais orientações sobre a consistência das papinhas e como oferecer folhas (alface, couve e repolho) no documento em anexo.

NUTRICIONISTA RT:
 Marília Martins Santos CRN9: 7314
NUTRICIONISTAS QT:
 Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295



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)
DEZEMBRO 2022

REFEIÇÃO	HORÁRIO	19/12/2022	20/12/2022	21/12/2022	22/12/2022	23/12/2022			
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira			
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Mamadeira	Mamadeira	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS			
COLAÇÃO	9:00h	Fruta	Fruta						
ALMOÇO	10:30h	Galinhada Feijão de caldo Beterraba cozida	Macarrão ao molho sugo com carne moída						
LANCHE	13:00h	Mamadeira	Mamadeira	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS			
JANTAR	16:00h	Macarrão ao molho sugo com carne moída	Galinhada Feijão de caldo Beterraba cozida						
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL		Energia (Kcal)	492				CHO (g)	71	PTN (g)
		Cálcio (mg)	296	Ferro (mg)	58%	Retinol (mcg)	17%	Vit. C (mg)	26%
		Óleo (g)		Fibra (g)	2,34	Retinol (mcg)	119	Vit. C (mg)	39,5
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.
 **Veja as demais orientações sobre a consistência das papinhas e como oferecer folhas (alface, couve e repolho) no documento em anexo.

NUTRICIONISTA RT:
 Marília Martins Santos CRN9: 7314
NUTRICIONISTAS QT:
 Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295

