

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)
DEZEMBRO 2021

| REFEIÇÃO | HORÁRIO | 05/12/2022 | 06/12/2022 | 07/12/2022 | 08/12/2022 | 09/12/2022 |
|---|-----------------------------|--|--|--|--|--|
| PRINCIPAL | Manhã: 10:30h Tarde: 16h | Segunda-feira Arroz branco Feijão de caldo Omelete com cenoura ralada | Terça-feira Arroz branco Feijão de caldo Came moída com batata inglesa Salada de tomate em cubos | Quarta-feira Arroz branco Feijão preto com carne suína Beterraba cozida Salada de alface | Quinta-feira Arroz branco Feijão de caldo Esecondimho de mandioca com frango Salada de alface com tomate | Sexta-feira Macarrão com molho bolonhesa enriquecido com cenoura |
| | | Suco de cajiú | Suco de cajiú | Banana | Abacaxi | Suco de cajiú |
| Composição nutricional (Média Semanal) | | Energia (Kcal) 428 | | CHO 66g 62% | PTN 16g 15% | LPD 11g 24% |
| Orientações: | | | | | | |

*As escolas que necessitarem do lanche complementar (leite e biscoito maisena) para oferecer aos alunos em situação de vulnerabilidade deverão avisar o PMAE.
*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 prevista.
*Reserve uma porção de legumes para as refeições da próxima segunda-feira.
*Os hortifrutis estão sujeitos à mudanças nas entregas, devido a alterações climáticas e outros motivos, podendo impactar no cardápio recomendado que façam substituições, caso necessário.
*As escolas que não disporem de forno para as preparações assadas devem adaptar para fazê-las cozidas.

NUTRICIONISTA RT:
Marilia Martins Santos CRN0: 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 FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL
 ZONA URBANA E RURAL
 FAIXA ETÁRIA (11-15 anos)

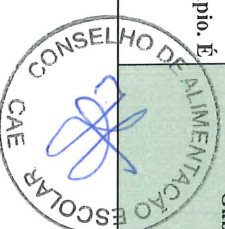
DEZEMBRO 2021

| REFEIÇÃO | HORÁRIO | 12/12/2022 | 13/12/2022 | 14/12/2022 | 15/12/2022 | 16/12/2022 |
|---|-----------------------------|---|---|--|--|---|
| PRINCIPAL | Manhã: 10:30h Tarde: 16h | Segunda-feira Arroz branco Feijão de caldo Farofa de ovo com pernil desfiado Mandioca cozida Salada de couve com repolho | Terça-feira Sopa de macarrão, frango e legumes | Quarta-feira Arroz branco Feijão de caldo Frango assado com batatas Salada de repolho com tomate | Quinta-feira Arroz com pernil Feijão de caldo Salada de couve | Sexta-feira Arroz branco Feijão de caldo Came moída com legumes Purê de batata doce Beterraba ralada |
| | | Banana | Laranja | Suco de caju | Suco de caju | |
| Composição nutricional (Média Semanal) | | Energia (Kcal) 449 | CHO 66g 59% | PTN 19g 18% | LPD 12g 24% | |
| Orientações: | | | | | | |

- *As escolas que necessitarem do lanche complementar (leite e biscoito maisena) para oferecer aos alunos em situação de vulnerabilidade deverão avisar o PMAE.
- *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 prevista.
- *Reserve uma porção de legumes para as refeições da próxima segunda-feira.
- *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.
- *As escolas que não disporem de forno para as preparações assadas devem adaptar para fazê-las cozidas.

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 FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL
 ZONA URBANA E RURAL
 FAIXA ETÁRIA (11-15 anos)
 DEZEMBRO 2021

| REFEIÇÃO | HORÁRIO | 19/12/2022 | 20/12/2022 | 21/12/2022 | 22/12/2022 | 23/12/2022 |
|---|-----------------------------|---|--------------------------------|--------------|--------------|-------------|
| PRINCIPAL | Manhã: 10:30h Tarde: 16h | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira |
| | | Galinhada Feijão de caldo Beterraba cozida Farofa de repolho | Macarrão com molho à bolonhesa | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS |
| Composição nutricional (Média Semanal) | | Suco de cajiú | Suco de cajiú | | | |
| | | | Energia (Kcal) | CHO | PTN | LPD |
| | | | 430 | 65g 61% | 17g 17% | 11g 23% |
| Orientações: | | | | | | |
| <p>* As escolas que necessitarem do lanche complementar (leite e biscoito maisena) para oferecer aos alunos em situação de vulnerabilidade deverão avisar o PMAE.</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 prevista.</p> <p>* Reserve uma porção de legumes para as refeições da próxima segunda-feira.</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>* As escolas que não disporem de forno para as preparações assadas devem adaptar para fazê-las cozidas.</p> | | | | | | |

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

