

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 (6 a 10 anos)

FEVEREIRO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	06/02/2023	07/02/2023	08/02/2023	09/02/2023	10/02/2023
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Segunda-feira	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Tutu de feijão	Arroz branco Feijão preto Pernil ao molho com chuchu	Arroz branco Feijão de caldo Omelete com chuchu ralado	Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de frango (peito) com batata doce
		Suco de caju	Banana	Suco de caju	Manga	
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	400,1	CHO	65g	65%
				PTN	14g	14%
				LPD	9g	19%

Orientações:

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

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



ELABORADO POR:  
Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295  
Nutricionista QT

REVISADO POR:  
Marília Martins Santos CRN9: 7314  
Nutricionista RT

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 (6 a 10 anos)  
 FEVEREIRO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	13/02/2023	14/02/2023	15/02/2023	16/02/2023	17/02/2023
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Arroz branco Feijão de caldo Farofoinha de ovo com cenoura	Arroz com penill Feijão de caldo Batata doce assada	Arroz branco Feijão de caldo Frango ao molho (coxa e sobrecoxa)	Arroz branco Feijão de caldo Carne moída Purê de cabotia	Arroz branco Feijão de caldo Estrogonofê de frango (peito) com creme de inhame
		Goiaba		Suco de cajuí	Banana	
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	395	CHO	PTN	LPD
				64g	15g	9g
		Orientações:		64%	15%	20%

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

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



ELABORADO POR:  
 Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295  
 Nutricionista QT

REVISADO POR:  
 Marília Martins Santos CRN9: 7314  
 Nutricionista RT

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 (6 a 10 anos)

FEVEREIRO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	20/02/2023	21/02/2023	22/02/2023	24/02/2023	25/02/2023
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	RECESSO	FERIADO	RECESSO	Arroz branco feijão de caldo Ovos cozidos ao molho suco	Macarrão ( <i>parafuso</i> ) ao molho bolonhesa
						Suco de caqui
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal) 362	CHO 54g 60%	PTN	LPD	
				13g 15%	9g 23%	
Orientações:						
As escolas que necessitarem do lanche complementar (leite e biscoito maisena) para oferecer aos alunos em situação de vulnerabilidade deverão avisar o PMAE.						
Reserve uma porção de legumes para as refeições da próxima segunda-feira.						



ELABORADO POR:  
Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295  
Nutricionista QT

REVISADO POR:  
Marília Martins Santos CRN9: 7314  
Nutricionista RT

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 (6 a 10 anos)

FEVEREIRO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	27/02/2023	28/02/2023	01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Segunda-feira Arroz branco Feijão de caldo Omelete com cenoura	Terça-feira Arroz branco Feijão de caldo Carne de panela Caboita em cubos assado	Quarta-feira Arroz branco Feijão de caldo Frango assado (coxal e sobrecoxal) com chuchu	Quinta-feira Arroz branco Feijão preto com carne suína Farofa de cebola	Sexta-feira Arroz branco Feijão de caldo Frango em cubos (peito) ao molho de tomate Purê de batata doce
		Suco de cajiá	Banana	Suco de cajiá	Manga	
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal) 382,7		CHO 62g 65%	PTN 14g 15%	LPD 9g 21%

## Orientações:

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

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



ELABORADO POR:  
Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295  
Nutricionista QT

REVISADO POR:  
Marília Martins Santos CRN9: 7314  
Nutricionista RT