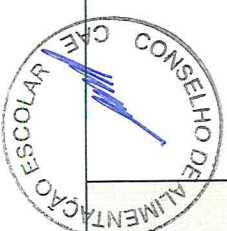


SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE
CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (11-15 anos)
ABRIL 2023

| REFEIÇÃO | HORÁRIO | 03/04/2023 | 04/04/2023 | 05/04/2023 | 06/04/2023 | 07/04/2023 |
|---|-----------------------------|--|---|--|-------------------------|------------------------|
| PRINCIPAL | Manhã: 10:30h Tarde: 16h | Segunda-feira Arroz com cenoura Feijão preto com carne suína | Terça-feira Arroz branco Gratinado de frango desfiado (peito) com molho branco Beterraba cozida | Quarta-feira Arroz com carne bovina Purê cabotia* Salada de alface e couve *Receita no livro 1 | Quinta-feira RECESSO | Sexta-feira FÉRIADO |
| | | Composição nutricional (Média Semanal) | | Energia (Kcal) 454,16 | CHO 70g 62% | PTN 16g 14% |
| <p>Orientações:</p> <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>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> | | | | | | |



ELABORADO POR:
Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295
Thais Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707
Nutricionistas QT

REVISADO POR:
Marilyn 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 (11-15 anos)

ABRIL 2023

| REFEIÇÃO | HORÁRIO | 10/04/2023 | 11/04/2023 | 12/04/2023 | 13/04/2023 | 14/04/2023 |
|---|-----------------------------|---|--|--|--|---|
| PRINCIPAL | Manhã: 10:30h Tarde: 16h | Segunda-feira Arroz branco Feijão de caldo Ovo cozido Salada de batata, abobrinha e cenoura cozidos | Terça-feira Arroz branco Pernil em cubos Quibebe de mandioca Salada de couve com repolho | Quarta-feira Arroz branco Feijão de caldo Frango ao molho (coxa e sobrecoxa) Chuchu ao molho | Quinta-feira Arroz branco Estrogonofe de frango (peito) Salada de alface, couve e repolho | Sexta-feira Macarrão (espaguete) com molho bolonhesa (carne moída) enriquecido com cenoura* *Receita no livro 1 |
| | | Pudim de chocolate | | Mexerica | Goiaba | Banana |
| Composição nutricional (Média Semanal) | | Energia (Kcal) 464,94 | CHO 72g 62% | PTN 16g 14% | L.PD 12g 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.

*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.

ELABORADO POR:

Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295

Thais Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707

Nutricionistas QT

REVISADO POR:

Marília Martins Santos CRN9: 7314

Nutricionista RT



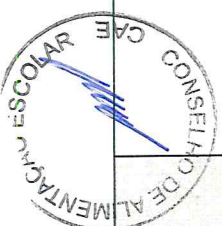
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE
CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (11-15 anos)

ABRIL 2023

| REFEIÇÃO | HORÁRIO | 17/04/2023 | 18/04/2023 | 19/04/2023 | 20/04/2023 | 21/04/2023 |
|--|-----------------------------|----------------|--|--|--|--|
| PRINCIPAL | Manhã: 10:30h Tarde: 16h | Segunda-feira | Arroz com penne Feijão de caldo Ovo mexido Beterraba ralada | Arroz com penne Lentilha ao molho Chips de batata doce | Galinhada (coxão e sobrecoxão) Tutu de feijão Purê de inhame com cabotia Salada de alface com couve | Arroz branco Feijão de caldo Quibe assado* (carne moída e trigo) Abobrinha cozida em cubos |
| | | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira | PERIADO |
| Composição nutricional (Média Semanal) | | Energia (Kcal) | | CHO | PTN | LPPD |
| | | 494,9 | | 78g | 19g | 11g |
| | | | | 63% | 15% | 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. | | | | | | |
| *Os hortifrutis estão sujeitos a mudanças nas entregas, devido a alterações climáticas e outros motivos, podendo impactar no cardápio. É recomendado que façam substituições, caso necessário. | | | | | | |

ELABORADO POR:
Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295
Thais Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707
Nutricionistas 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 (11-15 anos)
ABRIL 2023

| REFEIÇÃO | HORÁRIO | 24/04/2023 | 25/04/2023 | 26/04/2023 | 27/04/2023 | 28/04/2023 |
|-----------|-----------------------------|---|---------------------------------------|--|--|---|
| PRINCIPAL | Manhã: 10:30h Tarde: 16h | Segunda-feira Arroz branco Feijão de caldo Isca de tilápia ao molho branco* Farofa de couve com repolho *Receita no livro do peixe | Terça-feira Pão francês com pernil | Quarta-feira Arroz branco Feijão de caldo Picadinho de carne bovina com molho de tomate Salada de alface e couve *Receita no livro 1 | Quinta-feira Sopa: macarrão (<i>parafuso</i>), frango (<i>peito</i>), cenoura, chuchu e repolho | Sexta-feira Arroz branco Frango ao molho (<i>coxa e sobrecoxa</i>) Purê de batata doce Beterraba ralada |
| | | Composição nutricional (Média Semanal) | | Energia (Kcal) 438,14 | CHO 63G 57% | PTN 16g 15% |

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.
*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.

ELABORADO POR:
Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295
Thais Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707
Nutricionistas QT

REVISADO POR:
Marília Martins Santos CRN9: 7314
Nutricionista RT

