

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)  
ABRIL 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	03/04/2023	04/04/2023	05/04/2023	06/04/2023	07/04/2023
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Arroz com cenoura Feijão preto com carne suína	Arroz branco Gratinado de frango desfiado (peito) com molho branco Beterraba cozida	Arroz com carne bovina Purê cabotia* Salada de alface e couve *Receita no livro 1	RECESSO	PERÍODO
			Mexericca/Melancia	Pudim de chocolate		
			Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD
			365.89	55g 61%	14g 15%	9g 23%
<b>Orientações:</b>						
<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>						
<p><b>ELABORADO POR:</b> Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295 Thais Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707 Nutricionistas QT</p> <p><b>REVISADO POR:</b> Marília Martins Santos CRN9: 7314 Nutricionista RT</p>						



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)  
ABRIL 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	10/04/2023	11/04/2023	12/04/2023	13/04/2023	14/04/2023
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Arroz branco Feijão de caldo Ovo cozido Salada de batata, abobrinha e cenoura cozidas	Arroz branco Pernil em cubos Quitibe de mandioca Salada de couve com repolho	Arroz branco Feijão de caldo Frango ao molho (coxa e sobrecoxa) Chuchu ao molho	Arroz branco Estragonefe de frango (peito) Salada de alface, couve e repolho	Macarrão (espiguete) com molho bolonhesa (carne moída) enriquecido com cenoura* <b>*Receita no livro 1</b>
		Pudim de chocolate		Mexerica	Goiabada	Banana
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	371,65	CHO	PTN	LPD
				56g	13g	10g
				60%	14%	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.

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



PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMMAE  
CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL  
ZONA URBANA E RURAL  
FAIXA ETÁRIA (6 a 10 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 branco Feijão de caldo Ovo mexido Beterraba ralada	Terça-feira Arroz com penill Lentilha no molho Chips de batata doce	Quarta-feira Galinhada ( <i>coxa e sobrecoxa</i> ) Tutu de feijão Purê de inhame com cabotia Salada de alface com couve Mexerica	Quinta-feira Arroz branco Feijão de caldo Quibe assado* ( <i>cane moída e trigo</i> ) Abobrinha cozida em cubos Melancia	Sexta-feira <b>FERIADO</b>
		Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal) 392,8	CHO 60g 62%	PTN 15g 16%
Orientações: As escolas que necessitarem do lanche complementar (leite e biscoito maisena) para oferecer aos alunos em situação de vulnerabilidade deverão avisar o PMMAE. 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 (6 a 10 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 Isens de tilápia ao molho branco* Farofa de couve com repolho *Receita no livreto 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)	CHO	PTN
		341,35	48g	56%	13g	10g
				Mamão	15%	28%
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

