

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE

CARDÂPIO DO ENSINO INFANTIL - BERÇÁRIO E CRECHE

ZONA URBANA E RURAL

FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)

MAIO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	01/05/2023				
		Segunda-feira				
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	02/05/2023				
		Terça-feira				
COLAÇÃO	9:00h	03/05/2023				
		Quarta-feira				
ALMOÇO	10:30h	04/05/2023				
		Quinta-feira				
LANCHE	13:00h	05/05/2023				
		Sexta-feira				
JANTAR	16:00h	FERIADO				
		Sábado				
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL		Energia (Kcal)	482,3			
		CHO (g)	69			
Orientações		PTN (g)	20			
		LPD (g)	14			
		Cálcio (mg)	304,7			
		Ferro (mg)	1,9			
		Retinol (mcg)	122,5			
		Vit. C (mg)	42,24			

Reserve (congelado) uma porção de hortifrúts para as preparações da segunda-feira.
A colação (refeição das 9h), pode ser ofertada após o almoço a critério da rotina escolar.



ELABORADO POR:
Thais Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707
Gêise de Castro Fonseca CRN9: 1590
Nutricionista QT

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)
MAIO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	08/05/2023	09/05/2023	10/05/2023	11/05/2023	12/05/2023	
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	
COLAÇÃO	9:00h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
ALMOÇO	10:30h	Papinha de arroz branco Fritata* (ovo e batata inglesa) (Receita no livro 2) Feijão de caldo amassado	Sopa : Macarrão (<i>padre nosso</i>) , frango (<i>peito</i>) ,chuchu, cenoura e repolho	Papinha de arroz branco Pernil cozido desfiado com legumes amassados (batata doce, chuchu e cenoura)	Papinha de arroz branco Frango desfiado ao molho vermelho Salada de couve com alface picadinha	Papinha de arroz branco com lentilha Carne moída ao molho vermelho com tomate picadinho Beterraba cozida	
LANCHE	13:00h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	
JANTAR	16:00h	Sopa : Macarrão (<i>padre nosso</i>) , frango (<i>peito</i>) ,chuchu, cenoura e repolho	Papinha de arroz branco Pernil cozido desfiado com legumes amassados (batata doce, chuchu e cenoura)	Papinha de arroz branco com lentilha Carne moída ao molho vermelho com tomate picadinho Beterraba cozida	Papinha de arroz branco Fritata* (ovo e batata inglesa) (Receita no livro 2) Feijão de caldo amassado	Papinha de arroz branco Frango desfiado ao molho vermelho Salada de couve com alface picadinha	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL		Orientações					
		Energia (Kcal)		CHO (g)		PTN (g)	
		494		71		21	
		Cálcio (mg)		Ferro (mg)		Retinol (mcg)	
		303		2,43		125,3	
		LPD (g)		Vit. C (mg)			
		14		26%			
		36,5					

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.



ELABORADO POR:
Thais Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707
Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590
Nutricionista QT

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)

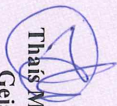
MAIO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	15/05/2023	16/05/2023	17/05/2023	18/05/2023	19/05/2023		
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira		
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite		
COLAÇÃO	9:00h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta		
ALMOÇO	10:30h	Papinha de arroz branco Ovos mexidos com cenoura Feijão de caldo amassado	Papinha de arroz branco Estrogonofe de frango desfiado com creme de inhame (<i>Receita no livro 1</i>) Salada de couve picadinha	Papinha de arroz com pernil Tutu de feijão Cabotia refogada Salada de alface	Papinha de macarrão ao molho bolonhesa (<i>carne moída</i>) enriquecido (<i>tomate e abobrinha</i>)	Papinha de arroz branco Frango desfiado ao molho com batata (coxa e sobrecoxa) Salada de repolho picadinho		
LANCHE	13:00h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite		
JANTAR	16:00h	Papinha de arroz branco Estrogonofe de frango desfiado com creme de inhame (<i>Receita no livro 1</i>) Salada de couve picadinha	Papinha de arroz com pernil Tutu de feijão Cabotia refogada Salada de alface	Papinha de arroz branco Frango desfiado ao molho com batata (coxa e sobrecoxa) Salada de repolho picadinho	Papinha de arroz branco Ovos mexidos com cenoura Feijão de caldo amassado	Papinha de macarrão ao molho bolonhesa (<i>carne moída</i>) enriquecido (<i>tomate e abobrinha</i>)		
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL		Orientações					Energia (Kcal)	477,5
							CHO (g)	67
							PTN (g)	21
							LPD (g)	14
							Vit. C (mg)	45,07
		Cálcio (mg)	310,3	Ferro (mg)	2,17	Retinol (mcg)	125,32	

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.



ELABORADO POR:

 Thais Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707
 Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590
 Nutricionista QT

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)

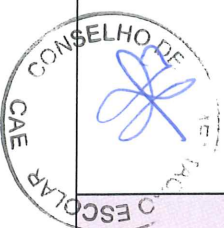
MAIO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	22/05/2023	23/05/2023	24/05/2023	25/05/2023	26/05/2023
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
COLAÇÃO	9:00h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
ALMOÇO	10:30h	Papinha de arroz branco Omelete de forno com legumes ralados Feijão de caldo amassadinho	Papinha de macarrão ao molho bolonhesa (<i>carne moída</i>) Salada de repolho e tomate picadinhos	Papinha de arroz branco Mandioca cozida amassada Frango desfiado dourado com chuchu picadinho	Papinha de arroz branco Pernil assado desfiado com cenoura Purê de batata doce Salada de alface picadinha	Papinha de arroz branco Frango desfiado ao molho Beterraba cozida amassada
		LANCHE	13:00h	Leite	Leite	Leite
JANTAR	16:00h	Papinha de macarrão ao molho bolonhesa (<i>carne moída</i>) Salada de repolho e tomate picadinhos	Papinha de arroz branco Mandioca cozida amassada Frango desfiado dourado com chuchu picadinho	Papinha de arroz branco Frango desfiado ao molho Beterraba cozida amassada	Papinha de arroz branco Omelete de forno com legumes ralados Feijão de caldo amassadinho	Papinha de arroz branco Pernil assado desfiado com cenoura Purê de batata doce Salada de alface picadinha
		COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL		Energia (Kcal) 473,9	CHO (g) 66 57%	PTN (g) 19 16%
		Cálcio (mg) 306,35	Ferro (mg) 2	Retinol (mcg) 125,3	Vit. C (mg) 47	

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.



ELABORADO POR:
Thais Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707
Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590
Nutricionista QT

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)

MAIO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	29/05/2023	30/05/2023	31/05/2023	01/06/2023	02/06/2023			
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira			
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite			
COLAÇÃO	9:00h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta			
ALMOÇO	10:30h	Papinha de arroz branco Suflê de legumes picadinho (Receita anexa) Feijão de caldo amassado	Papinha de arroz branco Carne moída com batata Salada de couve e tomate picadinhos	Papinha de arroz branco Escondidinho de frango desfiado e mandioca Beterraba crua raladinha	Papinha de arroz branco Carne suína assada desfiada com cabotia amassadinha Salada de alface e repolho picadinhos	Papinha de macarrão ao molho vermelho enriquecido (abobrinha ralada) com frango desfiado			
LANCHE	13:00h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite			
JANTAR	16:00h	Papinha de arroz branco Carne moída com batata Salada de couve e tomate picadinhos	Papinha de arroz branco Escondidinho de frango desfiado e mandioca Beterraba crua raladinha	Papinha de macarrão ao molho vermelho enriquecido (abobrinha ralada) com frango desfiado	Papinha de arroz branco Suflê de legumes picadinho (Receita anexa) Feijão de caldo amassado	Papinha de arroz branco Carne suína assada desfiada com cabotia amassadinha Salada de alface e repolho picadinhos			
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL		Energia (Kcal)		CHO (g)		PTN (g)		LPD (g)	
		473		69		19		14	
		Cálcio (mg)		59%		16%		27%	
		310,5		Ferro (mg)		Retinol (mcg)		Vit. C (mg)	
				2,3		125,5		48	

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.

ELABORADO POR:
Thais Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707
Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590
Nutricionista QT

