

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - PERÍODO PARCIAL

ZONA URBANA E RURAL FAIXA ETÁRIA (4-5 anos)

		ação de vulnerabilidade deverão	na) para oferecer aos alunos em situ	As escolas que necessitarem do lanche complementar (leite e biscoito maisena) para oferecer aos alunos em situação de vulnerabilidade deverão avisar o PMAE.	tarem do lanch	As escolas que necessavisar o PMAE.
			ções:	Orientações:		
25%	13%	60%				
11	14	62	412	(Média Semanal)	(Média S	
LPD	PTN	СНО	Energia (Kcal)	Composição nutricional	Composição	
Fruta		Fruta				
Macarrão ao molho vermelho enriquecido (abobrinha ralada) com frango desfiado	Galinhada Tutu de feijão Salada de alface com tomate	Arroz branco Quibebe de mandioca com pernil Salada de repolho e couve	Arroz branco Carne de panela com batata doce e chuchu	PERIADO)	Manhã: 10:30h Tarde:16h	PRINCIPAL
Bolo de cenoura (Receita no livro 1) Leite puro	Torrada de pão francês Leite puro	Pão francês com manteiga Leite com cacau	Mingau de amido de milho com banana (Receita no livro 1)		07h:30	CAFÉ DA MANHÃ
Sexta-feira	Quinta-feira	Quarta-feira	Terça-feira	Segunda-feira		
05/05/2023	04/05/2023	03/05/2023	02/05/2023	01/05/2023	HORÁRIO	REFEIÇÃO
		023	MAIO 2023			

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

LHO DE PLIMENTACA

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

Nutricionista QT

ELABORADO POR:

recomendado que façam substituições, caso necessário.



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG

PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE

CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - PERÍODO PARCIAL

ZONA URBANA E RURAL

FAIXA ETÁRIA (4-5 anos)

MAIO 2023

			ções:	Orientações:		
27%	14%	58%				
12	13	58	395.6	manal)	(Média Semanal)	
LPD	PTN	СНО	Energia (Kcal)	utricional	Composição nutricional	
Fruta		Fruta				
Arroz com lentilha Carne moída ao molho vermelho com tomate picado Beterraba cozida	Arroz branco Frango ao molho vermelho Salada de couve com alface	Arroz branco Pernil cozido com legumes (batata doce e chuchu)	Arroz bra Sopa de macarrão, frango, chuchu, cenoura e repolho doce e chu	Arroz branco Fritata (Receita no livro 2) Feijão de caldo	Manhã: 10:30h Tarde:16h	PRINCIPAL
Biscoito de polvilho Leite com cacau	Torrada de pão francês Vitamina de fruta	Bolo de cacau com passas (Receita no livro 2) Leite puro	Pão francês com manteiga Leite com cacau	Mingau de banana com canela (Receita no livro 1)	07h:30	CAFÉ DA MANHÃ
Sexta-feira	Quinta-feira	Quarta-feira	Terça-feira	Segunda-feira	HOKAKIO	KEFEIÇAO
12/05/2023	11/05/2023	10/05/2023	09/05/2023	08/05/2023	Ola y aOn	DEEELCYO

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

THO OK PLIMENTA

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

Nutricionista QT

ELABORADO POR:

CESCOLA)

recomendado que façam substituições, caso necessário.

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



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE

CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - PERÍODO PARCIAL

ZONA URBANA E RURAL FAIXA ETÁRIA (4-5 anos)

MAIO 2023

			MAIO 2023)23		
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	07h:30	Mingau de maçã com canela (Receita no livro 2)	Pão francês com manteiga Leite com cacau	Bolo mesclado com beterraba (Receita no livro 1) Leite puro	Torrada de pão francês Vitamina de fruta	Biscoito de polvilho Leite com cacau
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde:16h	Arroz branco Ovos mexidos com cenoura Feijão de caldo	Arroz branco Estrogonofe de frango com creme de inhame* Salada de couve (Receita no livro 1)	Arroz com pernil Tutu de feijão Cabotiá refogada Salada de alface	Macarrão ao molho bolonhesa enriquecido (tomate e abobrinha)	Arroz branco Frango ao molho com batata (coxa e sobrecoxa) Salada de repolho
				Fruta		Fruta
	Composição nutricional	utricional	Energia (Kcal)	СНО	PTN	LPD
	(Média Semanal)	nanal)	443	72g	14g	11g
				63%	13%	22%
		Orientações:	ções:			
As escolas que necessi	tarem do lanche co	omplementar (leite e biscoito maise	As escolas que necessitarem do lanche complementar (leite e biscoito maisena) para oferecer aos alunos em situação de vulnerabilidade deverão	ação de vulnerabilidade deverão		

CARE TOOS TO TOOS TO TOO STORY

ELABORADO POR:

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.

avisar o PMAE.

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

Nutricionista QT



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG

PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE

CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - PERÍODO PARCIAL

ZONA URBANA E RURAL FAIXA ETÁRIA (4-5 anos)

MAIO 2023

				PRINCIPAL	CAFÉ DA MANHÃ		REFEIÇÃO	
	(Média Sen			Manhã: 10:30h Tarde:16h	07h:30		HORÁRIO	
	nanal)			Arroz branco Omelete de fòrno com legumes Feijão de caldo	Mingau de amido de milho com cacau* (Receita no livro 2)	Segunda-feira	22/05/2023	
440		Energia (Kcal)		Macarrão ao molho bolonhesa Salada de repolho e tomate	Pão francês com manteiga Leite com cacau	Terça-feira	23/05/2023	MAIO 2023
61%	76g	СНО	Fruta	Arroz branco Feijão preto Mandioca cozida Frango dourado com chuchu	Bolo da vovó (Receita anexa) Leite puro	Quarta-feira	24/05/2023	023
13%	16g	PTN		Arroz branco Pernil assado com cenoura Purê de batata doce Salada de alface	Torrada de pão francês Vitamina de fruta	Quinta-feira	25/05/2023	
24%	8g	LPD	Fruta	Arroz branco Frango ao molho Beterraba cozida	Biscoito de polvilho Leite com cacau	Sexta-feira	26/05/2023	
	61% 13%	440 76g 16g 61% 13%	nal Energia (Kcal) CHO PTN 76g 16g 440 61% 13%	Energia (Kcal) CHO PTN 440 76g 16g 61% 13%	Manhã: 10:30h Tarde: 16h Arroz branco Omelete de formo com legumes Feijão de caldo Macarrão ao molho bolonhesa Salada de repolho e tomate Frango dourado com chuchu Arroz branco Feijão preto Mandioca cozida Frango dourado com chuchu Arroz branco Pemil assado com cenoura Purê de batata doce Frango dourado com chuchu Composição nutricional (Média Semanal) Energia (Kcal) CHO PTN Composição nutricional 440 61% 13%	HÀ 07h:30 Mingau de amido de milho com cacau* Leite com cacau Leite com cacau Leite puro Arroz branco Manhã: 10:30h Torrada de pão francês (Receita anexa) Arroz branco Macarrão ao molho bolonhesa Tarde:16h Feijão de caldo Composição nutricional (Nédia Semanal) Mingau de amido de milho com cacau Leite com cacau Arroz branco Macarrão ao molho bolonhesa Salada de repolho e tomate Frango dourado com chuchu Fruta Fruta ChO PIN Torrada de pão francês (Receita anexa) Vitamina de fruta Arroz branco Pemil assado com cenoura Paŭe francês com manteiga Arroz branco Pemil assado com cenoura Fruta Fruta Fruta 16g 13% 13%	Mingau de amido de milho com cacaul* Pão francês com manteiga (Receita ano livro 2) Bolo da vovó (Receita anexa) Torrada de pão francês (Receita anexa) Manhã: 10:30h Tarde: 16h (Média Semanal) Arroz branco Omelete de forno com legumes Feijão de caldo Macarrão ao molho bolonhesa Salada de repolho e tomate Frango dourado com chuchu Arroz branco Permil assado com cenoura Purê de batata doce Pruta Pruta Composição nutricional (Média Semanal) Energia (Kcal) CHO PTN Composição nutricional Mingau de amido de milho com cacau Leite com cacau Arroz branco Permil assado com cenoura Purê de batata doce Permil assado com cenoura Purê de batata doce Pruta Composição nutricional Energia (Kcal) CHO PTN	HORÁRIO 22/05/2023 23/05/2023 24/05/2023 25/05/2023 25/05/2023 07h:30 Kegunda-feira Feija de caldo Pão francês com manteiga cacau*

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.

recomendado que façam substituições, caso necessário. *Os hortifrutis estão sujeitos à mudanças nas entregas, devido a alterações climáticas e outros motivos, podendo impactar no cardápio. É WSELHO OK PLIMENTY

ELABORADO POR:

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

O ESCO



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG

PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE

CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - PERÍODO PARCIAL

ZONA URBANA E RURAL

FAIXA ETÁRIA (4-5 anos)

		uação de vulnerabilidade deverão	na) para oferecer aos alunos em sit	As escolas que necessitarem do lanche complementar (leite e biscoito maisena) para oferecer aos alunos em situação de vulnerabilidade deverão	itarem do lanche c	As escolas que necess
			ções:	Orientações:		
28%	17%	57%				
13	13	58	401	utricional manal)	Composição nutricional (Média Semanal)	
LPD	PTN	СНО	Energia (Kcal)			
Fruta		Fruta				
Macarrão ao molho vermelho enriquecido (abobrinha ralada) com frango em cubos Tutu de feijão	Arroz branco Carne suína assada com cabotiá Salada de alface e repolho	Arroz branco Escondidinho de frango e mandioca Beterraba crua ralada	Arroz branco Carne moída com batata Salada de couve e tomate	Arroz branco Suflê de legumes (Receita anexa) Feijão de caldo	Manhã: 10:30h Tarde:16h	PRINCIPAL
Biscoito de polvilho Leite com cacau	Torrada de pão francês Vitamina de fruta	Bolo mesclado com beterraba (Receita no livro 1) Leite puro	Pão francês com manteiga Leite com cacau	Mingau de banana com canela (Receita no livro 1)	07h:30	CAFÉ DA MANHÃ
Sexta-feira	Quinta-feira	Quarta-feira	Terça-feira	Segunda-feira		
02/06/2023	01/06/2023	31/05/2023	30/05/2023	29/05/2023	HORÁRIO	REFEIÇÃO
		2023	MAIO 2023			

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

avisar o PMAE.

recomendado que façam substituições, caso necessário. *Os hortifrutis estão sujeitos à mudanças nas entregas, devido a alterações climáticas e outros motivos, podendo impactar no cardápio. É

ELABORADO POR:

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

CAE