SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO — PREFEITURA DE UBERLÂNDIA FAZER MAIS. FAZER BEM. — PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PMAE

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

REFEIÇÃO	HORÁRIO	01/05/2023	02/05/2023	03/05/2023	04/05/2023	05/05/2023
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
CAFÉ DA MANHÃ	07h:30	FERIADO	Mingau de amido de milho com banana **(Receita no livro 1)**	Pão francês com manteiga Leite com cacau	Torrada de pão francês Leite puro	Bolo de cenoura **(Receita no livro 1)** Leite puro
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde:16h		Arroz branco Carne de panela com batata doce e chuchu	Arroz branco Quibebe de mandioca com pernil Salada de repolho e couve	Galinhada Tutu de feijão Salada de alface com tomate	Macarrão ao molho vermelho enriquecido (abobrinha ralada) com frango desfiado
				Fruta		Fruta

Composição nutricional (Média Semanal)	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD
	412	62	14	11
		60%	13%	25%

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.

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR CAE

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

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO — PREFEITURA DE UBERLÂNDIA FAZER MAIS. FAZER BEM. — PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PMAE

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

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	07h:30	Mingau de banana com canela **(Receita no livro 1)**	Pão francês com manteiga Leite com cacau	Bolo de cacau com passas **(Receita no livro 2)** Leite puro	Torrada de pão francês Vitamina de fruta	Biscoito de polvilho Leite com cacau
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde:16h	Arroz branco Fritata (Receita no livro 2) Feijão de caldo	Sopa de macarrão, frango, chuchu, cenoura e repolho	Arroz branco Pernil cozido com legumes (batata doce e chuchu)	Arroz branco Frango ao molho vermelho Salada de couve com alface	Arroz com lentilha Carne moída ao molho vermelho com tomate picado Beterraba cozida
				Fruta		Fruta

Composição nutricional (Média Semanal)	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD
	395,6	58	13	12
		58%	14%	27%

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.

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR CAE

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

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO — PREFEITURA DE UBERLÂNDIA FAZER MAIS. FAZER BEM. — PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PMAE

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

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 (Média Semanal)	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD
	443	72g	14g	11g
		63%	13%	22%

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

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR CAE

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO — PREFEITURA DE UBERLÂNDIA FAZER MAIS. FAZER BEM. — PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PMAE

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

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	07h:30	Mingau de amido de milho com cacau* (**Receita no livro 2**)	Pão francês com manteiga Leite com cacau	Bolo da vovó **(Receita anexa)** Leite puro	Torrada de pão francês Vitamina de fruta	Biscoito de polvilho Leite com cacau
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde:16h	Arroz branco Omelete de forno com legumes Feijão de caldo	Macarrão ao molho bolonhesa Salada de repolho e tomate	Arroz branco Feijão preto Mandioca cozida Frango dourado com chuchu	Arroz branco Pernil assado com cenoura Purê de batata doce Salada de alface	Arroz branco Frango ao molho Beterraba cozida
				Fruta		Fruta

Composição nutricional (Média Semanal)	**Energia (Kcal)**	**CHO**	**PTN**	**LPD**
	440	76g	16g	8g
		61%	13%	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.

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR — CAE

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

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO — PREFEITURA DE UBERLÂNDIA FAZER MAIS. FAZER BEM. — PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PMAE

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

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	07h:30	Mingau de banana com canela **(Receita no livro 1)**	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 Suflê de legumes (Receita anexa) Feijão de caldo	Arroz branco Carne moída com batata Salada de couve e tomate	Arroz branco Escondidinho de frango e mandioca Beterraba crua ralada	Arroz branco Carne suína assada com cabotiá Salada de alface e repolho	Macarrão ao molho vermelho enriquecido (abobrinha ralada) com frango em cubos Tutu de feijão
				Fruta		Fruta

Composição nutricional (Média Semanal)	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD
	401	58	13	13
		57%	17%	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:
Thaís Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707
Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590
Nutricionista QT

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR CAE