

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
 PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE
 CARDÂPIO DO ENSINO INFANTIL - PERÍODO PARCIAL
 ZONA URBANA E RURAL
 FAIXA ETÁRIA (4-5 anos)

JUNHO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	05/06/2023	06/06/2023	07/06/2023	08/06/2023	09/06/2023
CAFÉ DA MANHÃ	07h:30	Segunda-feira Pão Francês com manteiga Leite com cacau	Terça-feira Mingau de maisena com cacau	Quarta-feira Biscoito de polvilho Leite saborizado com canela	Quinta-feira	Sexta-feira
		Atroz branco Carne suína com lentilha* Farofinha de abobrinha ralada *Receita no livro 2	Maeirão (padre nosso) com molho bolonhesa (carne moída) enriquecido com chuchu e cenoura* *Receita no livro 1	Arroz branco Feijão de caldo Frango ao molho (caça e sobrecoxa) Salada de couve, repolho e tomate	FERIADO	RECESSO
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Suco de cajú	Melancia	Mexerica		
		Composição nutricional (Média Semanal)	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD
		420,9	60g 57%	15g 14%	12g 26%	

Orientações:

As escolas que necessitarem do lanche complementar (leite e biscoito maisena ou biscoito água e sal) 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
 Nutricionista QT

REVISADO POR:
 Marília Martins Santos CRN9: 7314
 Nutricionista RT

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)


JUNHO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	12/06/2023		13/06/2023		14/06/2023		15/06/2023		16/06/2023	
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira					
CAFÉ DA MANHÃ	07h:30	Mingau de banana	Pão Francês com manteiga Leite com cacau	Bolo de cacau com passas Leite saborizado com canela	Vitamina de abacate Biscoito de polvilho	Torrada de pão francês Leite com cacau					
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Arroz com pernil Feijão de caldo Beterraba ralada	Arroz branco Feijão de caldo Estrogonofe de frango (<i>peito</i>) Chips de batata doce	Arroz branco Quibe assado* Tutu de feijão Salada de repolho *Receita livro 1	Macarrão (<i>parafuso</i>) gratinado ao forno com frango em cubos (<i>peito</i>), abobrinha em cubos e molho branco	Lanche festivo (festa junina) Arroz branco Feijão de caldo Pernil em cubos ao molho Salada de tomate					
		Banana	Goiaba	Banana	Mexericca	Arroz doce (<i>adoçado c/ uva passa</i>)					
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal) 479,9		CHO 71g 59%		PTN 17g 14%		LPD 14g 26%			

Orientações:

As escolas que necessitarem do lanche complementar (leite e biscoito maisena ou biscoito água e sal) 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
 Nutricionista QT

REVISADO POR:
 Marília Martins Santos CRN9: 7314
 Nutricionista RT

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)
 JUNHO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	19/06/2023	20/06/2023	21/06/2023	22/06/2023	23/06/2023
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
CAFÉ DA MANHÃ	07h:30	Torrada de pão francês Leite com cacau	Biscoito de polvilho Suco de caju	Pão Francês com manteiga Leite com cacau	Mingau de maisena com cacau	Bolo de banana Leite saborizado com canela
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Arroz branco Feijão de caldo Picadinho de frango (<i>peito</i>) com batata inglesa Salada de repolho com couve	Macarrão (<i>parafuso</i>) ao alho e óleo com pernil desfiado Cabotia assada	Arroz branco Feijão de caldo Farofinha de frango (<i>coxa e sobrecoxa</i>) Beterraba cozida Salada de couve	Sopa: macarrão (<i>padre nosso</i>), carne bovina, chuchu, cenoura, inhame e repolho	Lanche festivo (festa junina) Galinhada (<i>coxa e sobrecoxa</i>) Tutu de feijão Salada de tomate
		Suco de caju	Pudim de chocolate	Mexerica	Mamão	Mingau de milho* *Receita no livro 1
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal) 478,6		CHO 71g 59%	PTN 16g 14%	LPD 14g 26%

Orientações:

As escolas que necessitarem do lanche complementar (leite e biscoito maisena ou biscoito água e sal) 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

Nutricionista QT

REVISADO POR:

Márcia Martins Santos CRN9: 7314

Nutricionista RT



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)
 JUNHO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	26/06/2023	27/06/2023	28/06/2023	29/06/2023	30/06/2023
CAFÉ DA MANHÃ	07h:30	Segunda-feira Biscoito de polvilho Leite saborizado com canela	Terça-feira Torrada de pão francês Leite com cacau	Quarta-feira Mingau de banana	Quinta-feira Pão Francês com manteiga Leite com cacau	Sexta-feira Bolo de cacau com passas Leite puro
		Macarrão (<i>parafuso</i>) ao molho sujo com carne bovina desfiada e chuchu picadinho em cubos	Arroz branco Feijão tropeiro (Feijão, pernil e farinha de mandioca)* Batata doce assada *Receita livro 1	Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de batata com frango (<i>peito</i>) Salada de couve com repolho e tomate	Arroz com lentilha Frango ao molho (<i>coxa e sobrecoxa</i>) Purê de inhame com cabotia	Lanche festivo (festa junina) Caldo de mandioca com frango (<i>peito</i>)
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Banana	Suco de ejuí	Mexerica	Banana	
			Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD
			428,17	63g 58%	14g 13%	12g 26%

Orientações:

As escolas que necessitarem do lanche complementar (leite e biscoito maisena ou biscoito água e sal) 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

Nutricionista OT

Walter

REVISADO POR:

Marília Martins Santos CRN9: 7314

Nutricionista RT

