

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)  
 AGOSTO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	AGOSTO 2023							
		31/07/2023 Segunda-feira	01/08/2023 Terça-feira	02/08/2023 Quarta-feira	03/08/2023 Quinta-feira	04/08/2023 Sexta-feira			
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno			
COLAÇÃO	9:00h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta			
ALMOÇO	10:30h	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Omelete de forno* *Receita livro 2, pg 8	Papinha de arroz com cenoura Feijão de caldo amassado Frango ao molho (coxa e sobrecoxa) desfiado	Papinha de arroz com pernil Farofinha de repolho com caldo de feijão amassado	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Carne de panela desfiada c/ mandioca	Papinha de arroz com cenoura Feijão de caldo amassado Frango ao molho (coxa e sobrecoxa) desfiado	Sopa: frango (peito), macarrão (padre nosso), batata, abobrinha, repolho e couve	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Omelete de forno* *Receita livro 2, pg 8	
LANCHE	13:00h	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno			
JANTAR	16:00h	Papinha de arroz com pernil Farofinha de repolho com caldo de feijão amassado	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Carne de panela desfiada c/ mandioca	Sopa: frango (peito), macarrão (padre nosso), batata, abobrinha, repolho e couve	Papinha de arroz com cenoura Feijão de caldo amassado Frango ao molho (coxa e sobrecoxa) desfiado	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Omelete de forno* *Receita livro 2, pg 8			
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL		Energia (Kcal)		CHO		PTN		LPD	
		520,91		78g		18g		15g	
		Cálcio (mg)		60%		18%		26%	
		268,7		Ferro (mg)		Retinol (mcg)		Vit C (mg)	
				5,79		232,7		51,6	

Orientações

Os hortifrutis estão sujeitos à mudanças nas devido a alterações climáticas e outros podendo impactar no cardápio. É recomendado que façam substituições, caso necessário.  
 Reserve uma porção de legumes para as refeições da próxima segunda-feira.  
 -As escolas que não disporem de forno para as preparações assadas devem adaptar para fazê-las cozidas.  
 Para alunos com demandas nutricionais diferenciadas, vide orientações em anexo.



ELABORADO POR:  
 Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295  
 Thais Mediana Silva Mendonça CRN9: 19707  
 Nutricionista 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 INFANTIL - BERÇÁRIO E CRECHE**  
**ZONA URBANA E RURAL**  
**FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)**  
**AGOSTO 2023**

REFEIÇÃO	HORÁRIO	07/08/2023		08/08/2023		09/08/2023		10/08/2023		11/08/2023	
		Segunda-feira	Terca-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira					
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno
COLAÇÃO	9:00h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
ALMOÇO	10:30h	Papinha de arroz c/ lentilha Feijão de caldo amassado Ovos mexidos Purê de inhame c/ cabotia* <b>*Receita livro 1, pg 10</b>	Papinha de macarrão ( <i>parafuso</i> ) ao molho de tomate ( <i>extrato</i> ) Carne bovina desfiada	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Escondidinho ( <i>mandioca</i> ou <i>batata</i> ) de frango ( <i>peito</i> ) * <b>*Receita livro 1, pg 11</b>	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Ovos mexidos com tomate	Papinha de baião de três ( <i>arroz, feijão e carne suína</i> ) Couve c/ repolho refogados	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Frango assado desfiado ( <i>coxa</i> e <i>sobrecoxa</i> ) Purê de batata doce	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Escondidinho ( <i>mandioca</i> ou <i>batata</i> ) de frango ( <i>peito</i> ) * Couve c/ repolho refogados <b>*Receita livro 1, pg 11</b>	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Escondidinho ( <i>mandioca</i> ou <i>batata</i> ) de frango ( <i>peito</i> ) * Couve c/ repolho refogados <b>*Receita livro 1, pg 11</b>	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Frango assado desfiado ( <i>coxa</i> e <i>sobrecoxa</i> ) Purê de inhame c/ cabotia* <b>*Receita livro 1, pg 10</b>	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Frango assado desfiado ( <i>coxa</i> e <i>sobrecoxa</i> ) Purê de inhame c/ cabotia* <b>*Receita livro 1, pg 10</b>
LANCHE	13:00h	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno
JANTAR	16:00h	Papinha de baião de três ( <i>arroz, feijão e carne suína</i> )	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Frango assado desfiado ( <i>coxa</i> e <i>sobrecoxa</i> ) Purê de inhame c/ cabotia* <b>*Receita livro 1, pg 10</b>	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Ovos mexidos com tomate	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Ovos mexidos com tomate	Papinha de macarrão ( <i>parafuso</i> ) ao molho de tomate ( <i>extrato</i> ) Carne bovina desfiada	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Frango assado desfiado ( <i>coxa</i> e <i>sobrecoxa</i> ) Purê de batata doce	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Escondidinho ( <i>mandioca</i> ou <i>batata</i> ) de frango ( <i>peito</i> ) * Couve c/ repolho refogados <b>*Receita livro 1, pg 11</b>	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Frango assado desfiado ( <i>coxa</i> e <i>sobrecoxa</i> ) Purê de inhame c/ cabotia* <b>*Receita livro 1, pg 10</b>	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Frango assado desfiado ( <i>coxa</i> e <i>sobrecoxa</i> ) Purê de inhame c/ cabotia* <b>*Receita livro 1, pg 10</b>	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Frango assado desfiado ( <i>coxa</i> e <i>sobrecoxa</i> ) Purê de inhame c/ cabotia* <b>*Receita livro 1, pg 10</b>
<b>COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL</b>		<b>Energia (Kcal)</b>		<b>CHO</b>		<b>PTN</b>		<b>LPD</b>			
		540,8		80g 59%		19g 17%		16g 27%			
		<b>Cálcio (mg)</b>		<b>Ferro (mg)</b>		<b>Retinol (mcg)</b>		<b>Vit. C (mg)</b>			
		272,2		6,04		235,7		51,2			

**Orientações**

Os hortifrutis estão sujeitos à mudanças nas devido a alterações climáticas e outros podendo impactar no cardápio. É recomendado que façam substituições, caso necessário.  
**Reserve uma porção de legumes para as refeições da próxima segunda-feira.**  
 -As escolas que não diporem de forno para as preparações assadas devem adaptar para fazê-las cozidas.  
**Para alunos com demandas nutricionais diferenciadas, vide orientações em anexo.**



**ELABORADO POR:**  
 Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295  
 Thais Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707  
 Nutricionista 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 INFANTIL - BERÇÁRIO E CRECHE  
 ZONA URBANA E RURAL  
 FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)  
**AGOSTO 2023**

REFEIÇÃO	HORÁRIO	AGOSTO 2023					
		14/08/2023 Segunda-feira	15/08/2023 Terça-feira	16/08/2023 Quarta-feira	17/08/2023 Quinta-feira	18/08/2023 Sexta-feira	
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Fórmula infantil / Leite materno	FERIADO	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	
COLAÇÃO	9:00h	Fruta		Fruta	Fruta	Fruta	
ALMOÇO	10:30h	Papinha de arroz nutritivo* Feijão de caldo amassado Fritata (ovo e batata) *Receita livro 1, pg 13		Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Carne moída com beterraba ralada	Papinha de galinhada (coxa e sobrecoxa) Tutu de feijão	Papinha de arroz branco Carne suína (desfiada) com lentilha* *Receita livro 2, pg 12	Papinha de arroz branco Carne suína (desfiada) com lentilha* *Receita livro 2, pg 4
LANCHE	13:00h	Fórmula infantil / Leite materno		Fórmula infantil / Leite materno		Fórmula infantil / Leite materno	
JANTAR	16:00h	Papinha de galinhada (coxa e sobrecoxa) Tutu de feijão com beterraba		Papinha de arroz branco Carne suína (desfiada) com lentilha* *Receita livro 2, pg 12		Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Fritata* (ovo e batata) *Receita livro 2, pg 4	
<b>COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL</b>		<b>Orientações</b>					
		Energia (Kcal)		CHO		PTN	
		567,6		87g 61%		19g 17%	
		Cálcio (mg)		Ferro (mg)		Retinol (mcg)	
265,32		5,97		235,31			
				LPD			
				Vit. C (mg)			
				56,46			

Os hortifrutis estão sujeitos à mudanças nas devido a alterações climáticas e outros podendo impactar no cardápio. É recomendado que façam substituições, caso necessário.  
 Reserve uma porção de legumes para as refeições da próxima segunda-feira.  
 -As escolas que não disporem de forno para as preparações assadas devem adaptar para fazê-las cozidas.  
 Para alunos com demandas nutricionais diferenciadas, vide orientações em anexo.



**ELABORADO POR:**  
 Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295  
 Thais Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707  
 Nutricionista 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 INFANTIL - BERÇÁRIO E CRECHE  
 ZONA URBANA E RURAL  
 FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)  
 AGOSTO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	AGOSTO 2023							
		21/08/2023 Segunda-feira	22/08/2023 Terça-feira	23/08/2023 Quarta-feira	24/08/2023 Quinta-feira	25/08/2023 Sexta-feira			
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno			
COLAÇÃO	9:00h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta			
ALMOÇO	10:30h	Papinha de macarrão ( <i>parafuso</i> ) com molho à bolonhesa enriquecido com cenoura* *Receita livro 1, pg 9	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Estragonofe de frango ( <i>peito</i> ) desfiado	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Quibebe de mandioca com carne suína desfiada	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Frango ( <i>peito</i> ) desfiado ao molho de tomate ( <i>extrato</i> ) Couve c/ repolho refogados	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Omelete de forno* Cabotia assada amassada *Receita livro 2, pg 8			
LANCHE	13:00h	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno			
JANTAR	16:00h	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Quibebe de mandioca com carne suína desfiada	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Frango ( <i>peito</i> ) desfiado ao molho de tomate ( <i>extrato</i> )	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Omelete de forno* Cabotia assada amassada *Receita livro 2, pg 8	Papinha de macarrão ( <i>parafuso</i> ) com molho à bolonhesa enriquecido com cenoura* *Receita livro 1, pg 9	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Estragonofe de frango ( <i>peito</i> ) desfiado Couve c/ repolho refogados			
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL		Energia (Kcal)		CHO		PTN		LPD	
		578,22		89g		20g		16g	
		Cálcio (mg)		61%		17%		24%	
		271,15		Ferro (mg) 6,04		Retinol (mcg) 232,14		Vit. C (mg) 59,17	

**Orientações**

Os hortifrutis estão sujeitos à mudanças nas devido a alterações climáticas e outros podendo impactar no cardápio. É recomendado que façam substituições, caso necessário.  
**Reserve uma porção de legumes para as refeições da próxima segunda-feira.**  
 -As escolas que não disporem de forno para as preparações assadas devem adaptar para fazê-las cozidas.  
**Para alunos com demandas nutricionais diferenciadas, vide orientações em anexo.**

**ELABORADO POR:**

Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295  
 Thaís Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707  
 Nutricionista 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 - PMAL**  
**CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - BERÇÁRIO E CRECHE**  
**ZONA URBANA E RURAL**  
**FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)**  
**AGOSTO 2023**

REFEIÇÃO	HORÁRIO	28/08/2023	29/08/2023	30/08/2023	31/08/2023	01/09/2023
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno		Fórmula infantil / Leite materno
COLAÇÃO	9:00h	Fruta	Fruta	Fruta		Fruta
ALMOÇO	10:30h	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Ovos mexidos com legumes* <b>*Receita livro 2, pg 11</b>	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Carne moída com abobrinha ralada	Papinha de arroz branco Carne suína desfiada Farofinha de couve com caldo de feijão amassado	<b>FERIADO</b>	Papinha de galinhada ( <i>coxa e sobrecoxa</i> ) Tutu de feijão Repolho c/ tomate refogados
LANCHE	13:00h	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno	Fórmula infantil / Leite materno		
JANTAR	16:00h	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Carne suína desfiada	Papinha de galinhada ( <i>coxa e sobrecoxa</i> ) Tutu de feijão Repolho c/ tomate refogados	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Ovos mexidos com legumes* <b>*Receita livro 2, pg 11</b>		

**COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL**

**Orientações**

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

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

-As escolas que não disporem de forno para as preparações assadas devem adaptar para fazê-las cozidas.

**Para alunos com demandas nutricionais diferenciadas, vide orientações em anexo.**

Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD
577,46	90g	20g	16g
	62%	17%	24%
Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)
273,05	6,21	232,43	58,14

**ELABORADO POR:**

Gabriela Pereira Teixeira CRN9: 19295

Thais Mariana Silva Mendonça CRN9: 19707

Nutricionista QT

**REVISADO POR:**

Marília Martins Santos CRN9: 7314

Nutricionista RT

