

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE
CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (6 a 10 anos)
AGOSTO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	31/07/2023	01/08/2023	02/08/2023	03/08/2023	04/08/2023
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Arroz branco Feijão de caldo Omelete de fômo* *Receita livro 2, pg 8	Arroz com cenoura Feijão de caldo Frango ao molho (coxa e sobrecoxa)	Arroz com carne suína Feijão de caldo Farinha de repolho	Arroz branco Feijão de caldo Carne de panela com mandioca Salada de alface com tomate	Sopa: frango (peito), macarrão (parafuso), batata, abobrinha, repolho e couve
		Suco de caju	Abacaxi/Laranja	Banana		
Composição nutricional (Média Semanal)			Energia (Kcal) 345,1	CHO 52g 60%	PTN 13g 16%	LPD 9g 23%

Orientações:

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

**O pão francês será entregue conforme cronograma, dessa forma a escola deve adequar o cardápio (trocar a preparação do dia) de acordo com a programação de entrega prevista.

-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.

-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

Nutricionistas 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 FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (6 a 10 anos)
AGOSTO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	07/08/2023	08/08/2023	09/08/2023	10/08/2023	11/08/2023
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Arroz com lentilha Feijão de caldo Ovos mexidos Purê de inhame com cabotia* *Receita livro 1, pg 10	Macarrão (<i>espaguete</i>) ao molho de tomate (<i>extrato</i>) Carne bovina em cubos Suco de cajiá	Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho (<i>mandioca ou batata</i>) de frango (<i>peito</i>)* Salada de alface e tomate *Receita livro 1, pg 11	Baião de três (<i>arroz, feijão e carne suína</i>) Salada de couve com repolho	Arroz branco Feijão de caldo Frango assado (<i>coxa e sobrecoxa</i>) com batata doce
		Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO	PTN
		347,53	53g	14g	9g	
			61%	16%	23%	
Orientações:						
As escolas que necessitarem do lanche complementar (leite e biscoito maisena) para oferecer aos alunos em situação de vulnerabilidade deverão avisar o PMAE.						
**O pão francês será entregue conforme cronograma, dessa forma a escola deve adequar o cardápio (tocar a preparação do dia) de acordo com a programação de entrega prevista.						
-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.						
-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			
			Nutricionistas QT			
REVISADO POR:			MARTINA 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 FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (6 a 10 anos)
AGOSTO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	14/08/2023		15/08/2023		16/08/2023		17/08/2023		18/08/2023	
		Segunda-feira	Feriado	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira				
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Arroz nutritivo* Feijão de caldo Fritata** (ovo com batata inglesa) *Receita livro 1, pg 13 **Receita livro 2, pg 4	FERIADO	Arroz branco Feijão de caldo Quibe assado* Beterraba ralada *Receita livro 1, pg 4	Maçã	Suco de caju	Banana				
		Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD				
		331,4		47g	12g	10g					
		57%		15%	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.
**O pão francês será entregue conforme cronograma, dessa forma a escola deve adequar o cardápio (trocar a preparação do dia) de acordo com a programação de entrega prevista.
-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.
-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
Nutricionistas 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 FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (6 a 10 anos)
AGOSTO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	21/08/2023	22/08/2023	23/08/2023	24/08/2023	25/08/2023
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Segunda-feira Macarrão (<i>espaguete</i>) com molho à bolonhesa enriquecido com cenoura*	Terça-feira Arroz branco Feijão de caldo Estrogonofe de frango (<i>peito</i>)	Quarta-feira Arroz branco Feijão de caldo Quibebe de mandioca com carne suína Salada de alface com tomate	Quinta-feira Arroz branco Feijão de caldo Salada marroquina: frango (<i>coxa e sobrecoxa</i>), trigo, repolho, couve)*	Sexta-feira Arroz branco Feijão de caldo Isclas de tilápia ao molho branco* Cabotia assada
		*Receita livro 1, pg 9	Suco de caju	Abacaxi/Laranja	*Receita livro 2, pg 10	*Receita livreto do peixe
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal) 367,34		CHO 57g 61%	PTN 15g 16%	LPD 8g 20%
Orientações:						

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

**O pão francês será entregue conforme cronograma, dessa forma a escola deve adequar o cardápio (trocar a preparação do dia) de acordo com a programação de entrega prevista.

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

-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

Nutricionistas Q1

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 FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (6 a 10 anos)
AGOSTO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	28/08/2023	29/08/2023	30/08/2023	31/08/2023	01/09/2023
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Segunda-feira Arroz branco Feijão de caldo Ovos mexidos com legumes* *Receita livro 2, pg 11	Terça-feira Arroz branco Feijão de caldo Carne moída com abobrinha	Quarta-feira Arroz branco Feijão tropeiro* (feijão, carne suína, ovo e farinha de mandioca) Salada de alface com couve *Receita livro 1, pg 12	Quinta-feira	Sexta-feira Galinhada (coxá e sobrecoxá) Tutu de feijão Salada de repolho com tomate Banana/Mamão
		Suco de cajiá		Laranja		
Composição nutricional (Média Semanal)			Energia (Kcal) 359,61	CHO 54g 60%	PTN 13g 15%	LPD 9g 23%

Orientações:

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

**O pão francês será entregue conforme cronograma, dessa forma a escola deve adequar o cardápio (trocar a preparação do dia) de acordo com a programação de entrega prevista.

-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.

-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

REVISADO POR:

Márcia Martins Santos CRN9: 7314

Nutricionista RT

Nutricionista RT

