

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)
SETEMBRO 2023

| REFEIÇÃO | HORÁRIO | 04/09/2023 | 05/09/2023 | 06/09/2023 | 07/09/2023 | 08/09/2023 | |
|---|---------|--|--|--|----------------|----------------------|-------|
| | | 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 | | | |
| COLAÇÃO | 9:00h | Fruta | Fruta | Fruta | | | |
| ALMOÇO | 10:30h | Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Ovos mexidos Purê de batata doce | Papinha de arroz Feijão de caldo com beterraba amassado (cozida junto com o feijão) Carne suína desfiada | Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Carne moída com cenoura cozida | RECESSO | | |
| 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 moída com cenoura cozida | Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Ovos mexidos Purê de batata doce | Papinha de arroz Feijão de caldo com beterraba amassado (cozida junto com o feijão) Carne suína desfiada | | | |
| COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL | | | | | | | |
| Orientações | | | | | | | |
| | | Energia (Kcal) | 560 | CHO (g) | 80g | PTN (g) | 20g |
| | | Cálcio (mg) | 270 | Ferro (mg) | 60% | Retinol (mcg) | 15% |
| | | | | | 6,2 | | 233,4 |
| | | | | | | LPD (g) | 17g |
| | | | | | | | 25% |
| | | | | | | Vit. C (mg) | 36 |

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.

A colação (refeição das 9h), pode ser ofertada após o almoço a critério da rotina escolar.

ELABORADO POR:

Natália Duarte Marcelino CRN9: 24479
 Nutricionista QT

REVISADO POR:

Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590
 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)
SETEMBRO 2023

| REFEIÇÃO | HORÁRIO | 11/09/2023 | 12/09/2023 | 13/09/2023 | 14/09/2023 | 15/09/2023 | | | |
|---|---------|---|--|---|---|---|--|----------------|--|
| | | 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 | Fórmula infantil/ Leite materno | | | |
| COLAÇÃO | 9:00h | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | | | |
| ALMOÇO | 10:30h | Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Ovos mexidos com cenoura ralada | Macarrão à bolonhesa enriquecido com cenoura ralada | Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Escondidinho de frango (com batata inglesa e abobrinha no recheio) | Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Carne suína desfiada com inhame cozido | Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Carne suína desfiada com inhame cozido | | | |
| LANCHE | 13:00h | Fórmula infantil/Leite materno Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Escondidinho de frango (com batata inglesa e abobrinha no recheio)* *Receita livro 1 nº 11 | Fórmula infantil/Leite materno Papinha de arroz Feijão de caldo amassado com couve picada Frango ao molho (coxa/sobrecoxa) desfiado | Fórmula infantil/Leite materno Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Carne suína desfiada com inhame cozido | Fórmula infantil/Leite materno Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Ovos mexidos com cenoura ralada | Fórmula infantil/Leite materno Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Ovos mexidos com cenoura ralada | | | |
| COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL | | Energia (Kcal) | | CHO (g) | | PTN (g) | | | |
| | | 548 | | 79g | | 18g | | | |
| | | | | 57% | | 17% | | | |
| | | Calcio (mg) | | Ferro (mg) | | Retinol (mcg) | | LPD (g) | |
| | | 283 | | 6 | | 234 | | 16g | |
| | | | | | | 26% | | | |
| | | | | | | Vit. C (mg) | | | |
| | | | | | | 75,2 | | | |

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.

A colação (refeição das 9h), pode ser ofertada após o almoço a critério da rotina escolar.

ELABORADO POR:
 Natália Duarte Marcelino CRN9: 24479
 Nutricionista QT

REVISADO POR:
 Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590
 Nutricionista RT



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMMAE
CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - BERÇÁRIO E CRECHE
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)

SETEMBRO 2023

| REFEIÇÃO | HORÁRIO | 18/09/2023 | 19/09/2023 | 20/09/2023 | 21/09/2023 | 22/09/2023 | |
|---|---------|---|---|--|---|--|--|
| | | 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 | Fórmula infantil/ Leite materno | |
| COLAÇÃO | 9:00h | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | |
| ALMOÇO | 10:30h | Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Ovos mexidos com legumes *Receita livro 2 pg. 11 | Papinha de arroz branco c/ cenoura Feijão de caldo amassado Estragonofe com creme de inhame (peito de frango)* *Receita livro 1 pg. 14 | Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Carne moída com cenoura ralada | Papinha de baão de três (arroz, feijão e carne suína desfiada) Purê de cabotiã c/ inhame* *Receita livro 1 pg. 10 | Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Estragonofe com creme de inhame (peito de frango)* *Receita livro 1 pg. 14 | |
| 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 Feijão de caldo amassado com couve Frango assado desfiado (coxa/sobrecoxa) | Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Carne moída com cenoura ralada | Papinha de baão de três (arroz, feijão e carne suína desfiada) Purê de cabotiã c/ inhame* *Receita livro 1 pg. 10 | Papinha de arroz c/ cenoura Feijão de caldo amassado Estragonofe com creme de inhame (peito de frango)* *Receita livro 1 pg. 14 | Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Ovos mexidos com legumes *Receita livro 2 pg. 11 | |
| COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL | | Energia (Kcal) | | CHO (g) | | LPPD (g) | |
| | | 563 | | 79g | | 16g | |
| | | | | 59% | | 25% | |
| | | Calcio (mg) | | Ferro (mg) | | Vit. C (mg) | |
| | | 285 | | 6,4 | | 64,3 | |

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.
 A colação (refeição das 9h), pode ser ofertada após o almoço a critério da rotina escolar.

ELABORADO POR:
 Natália Duarte Marcelino CRN9: 24479
 Nutricionista QT

REVISADO POR:
 Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590
 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)
SETEMBRO 2023

| REFEIÇÃO | HORÁRIO | SETEMBRO 2023 | | | | |
|---|---------|--|--|--|--|--------------------|
| | | 25/09/2023 Segunda-feira | 26/09/2023 Terça-feira | 27/09/2023 Quarta-feira | 28/09/2023 Quinta-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 Feijão de caldo Ovos mexidos com abobrinha ralada | Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Frango assado desfiado (coxa/sobrecoxa) Purê de batata | Papinha de arroz c/ lentilha Feijão de caldo amassado Carne de panela desfiada com batata inglesa cozida e amassada | Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Escondidinho* de mandioca com frango desfiado (peito de frango) *Receita livro 1 pg. 11 | |
| LANCHE | 13:00h | Fórmula infantil/Leite materno | Fórmula infantil/Leite materno | Fórmula infantil/Leite materno | Fórmula infantil/Leite materno | |
| JANTAR | 16:00h | Macarrão com feijão* Carne suína desfiada Couve picadinha e refogada *Receita livro 1 pg. 8 | Papinha de arroz c/ lentilha Feijão de caldo amassado Carne de panela desfiada com batata inglesa cozida e amassada | Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Frango assado desfiado (coxa/sobrecoxa) Purê de batata | Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Ovos mexidos com abobrinha ralada | |
| COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL | | Energia (Kcal) | CHO (g) | | PTN (g) | LPD (g) |
| | | | 558 | 82g | | |
| | | Cálcio (mg) | Ferro (mg) | | Retinol (mcg) | Vit. C (mg) |
| | | | 283 | 59% | | |
| | | 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 escolhas 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.

A colação (refeição das 9h), pode ser ofertada após o almoço a critério da rotina escolar.

ELABORADO POR:
 Natália Duarte Marcelino CRN9: 24479
 Nutricionista QT

REVISADO POR:
 Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590
 Nutricionista RT

