

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)

SETEMBRO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	04/09/2023	05/09/2023	06/09/2023	07/09/2023	08/09/2023		
CAFÉ DA MANHÃ	07h:30	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira		
		Biscoito de polvilho Suco de caju	Mingau de milho com cacau Receita livro 2 pg. 17	Pão francês com manteiga Lente saborizada com canela				
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Arroz branco Feijão de caldo Ovos mexidos Batata doce assada	Arroz c/ carne suína Feijão de caldo Beterraba ralada	Arroz branco Feijão de caldo Quibe assado* recheado com cenoura *Receita livro 1 pg. 4	FERIADO		RECESSO	
		Suco de caju		Maca/banana				
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO	PTN	LPD		
		411,1		662g	12g	12g		
				60%	12%	28%		

Orientações:

- \*\*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.
- Reserve uma porção de legumes para as refeições da próxima segunda-feira.**
- As escolas que não dispõem de forno para as preparações assadas devem adaptar para fazê-las cozidas.
- Para alunos com demandas nutricionais diferenciadas, vide orientações em anexo.**

ELABORADO POR:

Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479

Nutricionista QT

REVISADO POR:

Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590

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)  
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	07h:30	Biscoito de polvilho Leite c/ cacau	Torrada de pão francês c/ manteiga Leite saborizado com canela	Mingau de maizena com cacau* *Receita livro 2 pg. 17	Leite saborizado c/ canela Bolo de banana* *Receita livro 1 pg. 20	Pão francês c/ ovo mexido Suco de cajú
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Arroz branco Feijão de caldo Ovos mexidos Farofinha de cenoura ralada	Macarrão à bolonhesa (carne moída) ao molho de tomate enriquecido c/ cenoura* *Receita livro 1 pg. 9	Arroz branco Escondidinho de frango* (Com batata inglesa + abobrinha ralada no recheio) Salada de alface e tomate *Receita livro 1 pg. 11	Arroz branco Tutu de feijão Carne suína assada Salada marroquina* *Receita livro 2 pg. 10	Arroz branco Feijão de caldo Frango ao molho (coxa/sobrecoxa) Salada de repolho e couve
Composição nutricional (Média Semanal)		411,6	Energia (Kcal)	64g	14g	1g
				62%	14%	23%

## Orientações:

- \*\*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.
- 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:  
Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479  
Nutricionista QT

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

REFEIÇÃO	HORÁRIO	18/09/2023	19/09/2023	20/09/2023	21/09/2023	22/09/2023
CAFÉ DA MANHÃ	07h:30	Bolo de banana* Leite saborizado com canela *Receita livro 1 pg. 20	Biscoito de polvilho Leite c/ cacau	Pão com ovo Suco de caju	Mingau de maisena com cacau* *Receita livro 2 pg. 17	Torrada de pão francês Leite c/ cacau
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Arroz branco Feijão de caldo Ovos mexidos com legumes *Receita livro 2 pg. 11	Arroz branco c/ cenoura Feijão de caldo Estrogonofê com creme de inhame (peito de frango)* *Receita livro 1 pg. 14	Arroz branco Feijão de caldo Quibe assado* recheado com cenoura Salada de couve *Receita livro 1 pg. 4	Arroz com carne suína Feijão de caldo Purê de cabotiá c/ inhame* *Receita livro 1 pg. 10	Arroz branco Feijão de caldo Frango assado com cenoura Salada de couve e tomate
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal) 470		CHO 69g 62%	PTN 16g 14%	LPD 13g 24%
Orientações:						
<p>*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.</p> <p>-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.</p> <p>Reserve uma porção de legumes para as refeições da próxima segunda-feira.</p> <p>-As escolas que não dispõem de forno para as preparações assadas devem adaptar para fazê-las cozidas.</p> <p>Para alunos com demandas nutricionais diferenciadas, vide orientações em anexo.</p>						
<p align="right">ELABORADO POR: Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479 Nutricionista QT</p> <p align="right">REVISADO POR: Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590 Nutricionista RT</p>						

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)

SETEMBRO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	SETEMBRO 2023					
		25/09/2023	26/09/2023	27/09/2023	28/09/2023	29/09/2023	
CAFÉ DA MANHÃ	07h:30	Bolo de cenoura* Leite c/ cacau *Receita livro 2 pg. 22	Biscoito de polvilho Leite saborizado c/ canela	Pão francês com manteiga Leite c/ cacau	Mingau de banana* *Receita livro 1 pg. 19	Pão francês com ovo Suco de caju	
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Arroz branco Feijão de caldo Omelete Salada de tomate	Arroz branco Feijão de caldo Frango assado com batata doce (coxa/sobrecoxa) Beterraba ralada	Arroz c/ lentilha Feijão de caldo Carne de panela com batata inglesa Caboitiã assada	Arroz branco Feijão de caldo *Receita livro 1 pg. 11	Macarrão com feijão* Carne suína assada Couve refogada *Receita livro 1 pg. 8	
							Laranja
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD		
		455,5	69g	16g	11g		
			62%	14%	22%		

Orientações:

- \*\* 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.
- Reserve uma porção de legumes para as refeições da próxima segunda-feira.**
- As escolas que não dispõem de forno para as preparações assadas devem adaptar para fazê-las cozidas.
- Para alunos com demandas nutricionais diferenciadas, vide orientações em anexo.**

ELABORADO POR:

Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479

Nutricionista QT

REVISADO POR:

Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590

Nutricionista RT

