

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)

OUTUBRO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	02/10/2023	03/10/2023	04/10/2023	05/10/2023	06/10/2023			
		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 Omelete de forno* *Receita livro 2 pg. 08	Papinha de macarrão com frango desfiado (<i>peito</i>) e molho vermelho (<i>extrato</i>)	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Carne suína desfiada Purê de batata doce com cenoura	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado com beterraba ralada Estrogonofe de carne bovina desfiada	Papinha de galinhada (<i>coxal/sobrecoxa</i>) Tutu de feijão Repolho refogado c/ tomate			
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 beterraba ralada Estrogonofe de carne bovina desfiada	Papinha de galinhada (<i>coxal/sobrecoxa</i>) Tutu de feijão Repolho refogado c/ tomate	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Omelete de forno* *Receita livro 2 pg. 08	Papinha de macarrão com frango desfiado (<i>peito</i>) e molho vermelho (<i>extrato</i>)	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Carne suína desfiada Purê de batata doce com cenoura			
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL		Energia (Kcal)		CHO (g)		PTN (g)		LPPD (g)	
		580 kcal		85g		20g		15g	
		Cálcio (mg)		59%		Retinol (mcg)		26%	
		279,5		6,06		235,5		43	
		Vit. C (mg)							

Orientações

Os hortifrutis estão sujeitos à mudanças nas devido a alterações climáticas e outros podendo impactar no cardápio. É recomendado que façam 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 vide orientações em anexo.

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

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 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)

OUTUBRO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	09/10/2023 Segunda-feira	10/10/2023 Terça-feira	11/10/2023 Quarta-feira	12/10/2023 Quinta-feira	13/10/2023 Sexta-feira
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h					
COLAÇÃO	9:00h					
ALMOÇO	10:30h	RECESSO	RECESSO	FERIADO	RECESSO	RECESSO
LANCHE	13:00h					
JANTAR	16:00h					

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL

	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	Calcio (mg)		Ferro (mg)	Retinol (mcg)

Orientações

Os hortifrutis estão sujeitos à mudanças nas devido a alterações climáticas e outros podendo impactar no cardápio. É recomendado que façam 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 vide orientações em anexo.
A colação (refeição das 9h), pode ser ofertada após o almoço a critério da rotina escolar.

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 NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE
CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - BERÇÁRIO E CRECHEZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)

OUTUBRO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	16/10/2023	17/10/2023	18/10/2023	19/10/2023	20/10/2023			
		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	Fruita	Fruita	Fruita	Fruita	Fruita			
ALMOÇO	10:30h	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Ovos mexidos	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Frango (<i>coxão/sobrecoxão</i>) desfiado com batata inglesa	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Farinha de carne suína com couve	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Escudinho de frango* (<i>peito</i>) com purê de cabotia *Receita livro 1 pg. 11	Papinha de macarrão c/ molho vermelho e molho branco (<i>amido</i>) e carne moída			
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 Escudinho de frango* (<i>peito</i>) com purê de cabotia *Receita livro 1 pg. 11	Papinha de macarrão c/ molho vermelho e molho branco (<i>amido</i>) e carne moída	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Ovos mexidos	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Frango (<i>coxão/sobrecoxão</i>) desfiado com batata inglesa	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Feijão de carne suína com couve			
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL		Energia (Kcal)		CHO (g)		PTN (g)		LPD (g)	
		570 kcal		80g		18g		16g	
		Cálcio (mg)		580%		16%		260%	
		285		Ferro (mg)		236,1		46,12	
				6					

Orientações

Os hortifrutis estão sujeitos à mudanças nas devido a alterações climáticas e outros podendo impactar no cardápio. É recomendado que façam 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 vide orientações em anexo.

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

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 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)

OUTUBRO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	23/10/2023	24/10/2023	25/10/2023	26/10/2023	27/10/2023	
		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	FERIADO	
COLAÇÃO	9:00h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta		
ALMOÇO	10:30h	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Ovos mexidos com abobrinha ralada e farinha de mandioca	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Carne suína desfiada com tomate	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Frango desfiado com couve e cenoura ralada	Sopa de legumes com carne bovina desfiada		
LANCHE	13:00h	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 Frango desfiado com couve e cenoura ralada	Sopa de legumes com carne bovina desfiada	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Ovos mexidos com abobrinha ralada e farinha de mandioca	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Carne suína desfiada com tomate		
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL		Energia (Kcal) 562 kcal		CHO (g) 82g 59%			LPD (g) 16g 25%
		Cálcio (mg) 279,5		Ferro (mg) 5,8		Vit. C (mg) 49,3	
		Orientações					
		Os hortifrutis estão sujeitos à mudanças nas devido a alterações climáticas e outros podendo impactar no cardápio. É recomendado que façam 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.					
		A colação (refeição das 9h), pode ser ofertada após o almoço a critério da rotina escolar.					



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 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)
OUTUBRO 2023

REFEIÇÃO	HORÁRIO	30/10/2023	31/10/2023	01/11/2023	02/11/2023	03/11/2023	
		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 Fritata* *Receita livro 2 pg. 4	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Frango (<i>peito</i>) desfiado com tomate Farofa de couve	Papinha de macarrão com molho vermelho (<i>extrato</i>), abobrinha e pernil desfiado	FÉRIADO	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Carne de panela desfiada c/ mandioca	
		Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno			Fórmula infantil/Leite materno	
LANCHE	13:00h	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 Carne de panela desfiada c/ mandioca	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Fritata* *Receita livro 2 pg. 4	Papinha de arroz branco Feijão de caldo amassado Frango (<i>peito</i>) desfiado com tomate Farofa de couve		Papinha de macarrão com molho vermelho (<i>extrato</i>), abobrinha e pernil desfiado	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL		Energia (Kcal)		CHO (g)		PTN (g)	
		573 kcal		82g		18g	
		Cálcio (mg)		60%		15%	
		272,1		Ferro (mg)		Retinol (mcg)	
				5,8		233,5	
						LPPD (g)	
						16g	
						26%	
						Vit. C (mg)	
						47,5	

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 dispõem 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:

Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479

Nutricionista QT

REVISADO POR:

Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590

Nutricionista RT

