

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)
FEVEREIRO 2024

REFEIÇÃO	HORÁRIO	FEVEREIRO 2024			
		05/02/2024 Segunda-feira	06/02/2024 Terça-feira	07/02/2024 Quarta-feira	08/02/2024 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 amassado Carne suína refogada e desfiado *Algum legume que tenha na escola* *tudo sem sal*	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Carne de panela desfiada *Algum legume que tenha na escola* *tudo sem sal*	Macarrão picadinho ao molho de tomate com peito de frango desfiado Feijão de caldo amassado *tudo sem sal*	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Ovos mexidos Abobrinha refogada e picadinha *tudo sem sal*
LANCHE	13:00h	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno
JANTAR	14:30h	Macarrão picadinho ao molho de tomate com peito de frango desfiado Feijão de caldo amassado *tudo sem sal*	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Picadinho de frango desfiado Batata doce refogada e amassado (usar açafrão caso tenha) *tudo sem sal*	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Carne de panela desfiada *Algum legume que tenha na escola* *tudo sem sal*	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Carne suína refogada e desfiado *Algum legume que tenha na escola* *tudo sem sal*
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL		Energia (Kcal)		CHO	
		574,1 kcal		88g	
		Cálcio (mg)		Ferro (mg)	
		274,8		6,3	
		PTN		LPD	
		21g		16g	
		16%		24%	
		Retinol (mcg)		Vit. C (mg)	
		233,3		72,9	

Orientações

- * Receitas disponíveis no livro de receitas do PMMAE;
- * As escolas que tiverem legumes branqueados, utiliza-los até que seja feita a primeira entrega de hortifrúts.
- * Reserve uma porção de legumes para as refeições da próxima segunda-feira.
- * As escolas que não dispõem de fôrmo para as preparações assadas devem adaptar para fazê-las cozidas.



ELABORADO POR:
 Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479
 Paola Damaris Perino CRN9: 28505
 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)
FEVEREIRO 2024

REFEIÇÃO	HORÁRIO	12/02/2024	13/02/2024	14/02/2024	15/02/2024	16/02/2024	
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	RECESSO					Fórmula infantil/Leite materno
COLAÇÃO	9:00h						Fórmula infantil/Leite materno
							Fruita
ALMOÇO	10:30h	RECESSO					Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Carne suína refogada e desfiada Ovo cozido e picadinho *tudo sem sal*
LANCHE	13:00h						Fórmula infantil/Leite materno
							Fórmula infantil/Leite materno
JANTAR	14:30h	RECESSO					Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Estrogonofe de frango desfiado *tudo sem sal*
							Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Carne suína refogada e desfiada Ovo cozido e picadinho *tudo sem sal*

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL		Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPPD
		579,1 kcal	88g	20g	16
		Calcio (mg)	61%	15%	24%
		274,2	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)
			6,4	231,6	73,05

Orientações

- * Receitas disponíveis no livro de receitas do PMAE;
- * As escolas que tiverem legumes branqueados, utiliza-los até que seja feita a primeira entrega de hortifrutis.
- * 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.



ELABORADO POR:
 Natala Duarte Marcelino CRN9: 24479
 Paola Damaris Perino CRN9: 28505
 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)
FEVEREIRO 2024

REFEIÇÃO	HORÁRIO	19/02/2024	20/02/2024	21/02/2024	22/02/2024	23/02/2024			
		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 *tudo sem sal*	Macarrão picadinho c/ pernil desfiado Feijão de caldo amassado Couve refogada e picadinha *tudo sem sal*	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Carne moída refogada com cabotia picadinha *tudo sem sal*	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Escondidinho de batata doce e frango desfiado* *Receita livro 1 pg. 11 *tudo sem sal*	Papinha de arroz Tutu de feijão Coxa/sobrecoxa ao molho desfiada Inhame refogado e amassado *tudo sem sal*			
LANCHE	13:00h	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno			
JANTAR	14:30h	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Escondidinho de batata doce e frango desfiado* *Receita livro 1 pg. 11 *tudo sem sal*	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Carne moída refogada com cabotia picadinha *tudo sem sal*	Papinha de arroz Tutu de feijão Coxa/sobrecoxa ao molho desfiada Inhame refogado e amassado *tudo sem sal*	Macarrão picadinho c/ pernil desfiado Feijão de caldo amassado Couve refogada e picadinha *tudo sem sal*	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Omelete de forno* *Receita livro 2 pg. 08 *tudo sem sal*			
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL		Energia (Kcal)		CHO		PTN			
		590,1 kcal		91g		19g			
		Cálcio (mg)		Ferro (mg)		16%		Retinol (mcg)	
		278		6,4		235,7		Vit. C (mg)	
						53,6			

Orientações

- * Receitas disponíveis no livro de receitas do PMMAE;
- * As escolas que tiverem legumes branqueados, utiliza-lós até que seja feita a primeira entrega de hortifrutis.
- * 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.

ELABORADO POR:
 Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479
 Paola Damaris Perino CRN9: 28505
 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)

FEVEREIRO 2024

REFEIÇÃO	HORÁRIO	26/02/2024	27/02/2024	28/02/2023	29/02/2024	01/03/2024		
		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 Farofinha de ovos com couve *tudo sem sal*	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Picadinho de frango desfiado Purê de cabotia *tudo sem sal*	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Quibebe de mandioca c/ pernil desfiado *tudo sem sal*	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Coxa/sobrecoca desfiado e batata doce assados *tudo sem sal*	Macarrão amassado ao molho bolonhesa Feijão de caldo amassado *tudo sem sal*		
		Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	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	Fórmula infantil/Leite materno		
JANTAR	14:30h	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Coxa/sobrecoca desfiado e batata doce assados *tudo sem sal*	Macarrão amassado ao molho bolonhesa Feijão de caldo amassado *tudo sem sal*	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Picadinho de frango desfiado Purê de cabotia *tudo sem sal*	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Farofinha de ovos com couve *tudo sem sal*	Papinha de arroz Feijão de caldo amassado Quibebe de mandioca c/ pernil desfiado *tudo sem sal*		
		Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno		
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL			Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD		
			591,3 kcal	91g	20g	17g		
			Calcio (mg)	62%	Ferro (mg)	17%	Vit. C (mg)	25%
			280,2	6,42	233,4	55,5		

Orientações

- * Receita disponível no livro de receitas do PMAE;
- * As escolas que tiverem legumes branqueados, utiliza-los até que seja feita a primeira entrega de horifrutis.
- * 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.

ELABORADO POR:
 Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479
 Paola Damaris Perino CRN9: 28505
 Nutricionista QT

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

