

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)
FEVEREIRO 2024

| REFEIÇÃO | HORÁRIO | 05/02/2024 | 06/02/2024 | 07/02/2024 | 08/02/2024 | 09/02/2024 |
|---|-----------------------------|--|---|--|---|---|
| PRINCIPAL | Manhã: 10:30h Tarde: 16h | Arroz branco Feijão de caldo Carne suína refogada * Algum legume que tenha na escola* | Arroz branco Feijão de caldo Carne de panela * Algum legume que tenha na escola* | Macarrão ao molho de tomate c/ peito de frango Feijão de caldo | Arroz branco Feijão de caldo Ovos mexidos Abobrinha refogada | Arroz branco Feijão de caldo Picadinho de frango Purê de batata doce |
| | | | | Maça | | Banana |
| Composição nutricional (Média Semanal) | | Energia (Kcal) | | CHO | PTN | LPD |
| | | 368,9 kcal | | 54g 59% | 16g 18% | 9g 23% |

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:

Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479

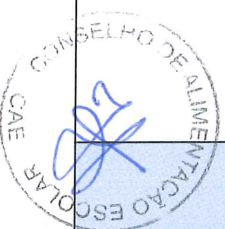
Paola Damaris Perino CRN9: 28505

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 FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (6 a 10 anos)
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 |
| PRINCIPAL | Manhã: 10:30h Tarde: 16h | RECESSO | RECESSO | RECESSO | Arroz branco Feijão tropeiro* *usar o hortifrutí que sobrar da semana anterior* | Arroz branco Feijão de caldo Estrogonofe de frango |
| | | | | | *Receita livro 1 pg. 12 | |
| Composição nutricional (Média Semanal) | | | Energia (Kcal) | CHO | PTN | LPD |
| | | | 386 kcal | 57g 61% | 17g 17% | 9g 22% |

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:

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

FEVEREIRO 2022

| 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 | | | | | |
| PRINCIPAL | Manhã: 10:30h Tarde: 16h | Arroz branco Feijão de caldo Omelete de forno* | Macarrão com pernil Feijão de caldo Couve refogada | Arroz branco Feijão de caldo Came moída c/ cabotiá refogada | Arroz branco Feijão de caldo frango* | Arroz branco Tutu de feijão Coxa/sobrecoxa ao molho Inhame refogado (usar açafrão caso tenha) | | | | | |
| | | *Receita livro 2 pg. 08 | | | *Receita livro 1 pg. 11 | | | | | | |
| Composição nutricional (Média Semanal) | | Energia (Kcal) | | CHO | | PTN | | LPD | | | |
| | | 378 Kcal | | 53g | | 15 | | 11 | | | |
| | | 57% | | 16% | | 27% | | | | | |

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:

Natalia Duarte Marcolino 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 FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (6 a 10 anos)
FEVEREIRO 2024

| REFEIÇÃO | HORÁRIO | 26/02/2024 | 27/02/2024 | 28/02/2024 | 29/02/2024 | 01/03/2024 |
|---|-----------------------------|---|---|--|--|--|
| | | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira |
| PRINCIPAL | Manhã: 10:30h Tarde: 16h | Arroz branco Feijão de caldo Farofinha de ovos c/ couve | Arroz branco Feijão de caldo Picadinho de frango Purê de cabotiã | Arroz branco Feijão de caldo Quibebe de mandioca c/ pernil | Arroz branco Feijão de caldo Coxal/sobrecoxa c/ batata doce assados | Macarrão ao molho bolonhesa Feijão de caldo |
| | | | | Mexericá | | Banana |
| Composição nutricional (Média Semanal) | | Energia (Kcal) 372,3 kcal | CHO | PTN | LPD | |
| | | | 54g 58% | 15g 16% | 10 26% | |

Orientações:

- * Receitas disponíveis no livro de receitas do PMAE;
- * 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

