

**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 (11-15 anos)**

**FEVEREIRO 2024**

REFEIÇÃO	HORÁRIO	FEVEREIRO 2024			
		05/02/2024	06/02/2024	07/02/2024	08/02/2024
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Segunda-feira Arroz branco Feijão de caldo Carne suína refogada *Alguns legume que tenha na escola*	Terça-feira Arroz branco Feijão de caldo Carne de panela *Alguns legume que tenha na escola*	Quarta-feira Macarrão ao molho de tomate c/ peito de frango Feijão de caldo	Quinta-feira Arroz branco Feijão de caldo Ovos mexidos Abobrinha refogada
		Sexta-feira Arroz branco Feijão de caldo Picadinho de frango Purê de batata doce	Banana		
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal) 471 Kcal	CHO	PTN	LPD
			76g 64%	20g 17%	10g 19%

**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:**

Natália 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 (11-15 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	FERIADO	FERIADO	FERIADO	Arroz branco Feijão tropeiro* *usar o hortifruti que sobrar da semana anterior**	Arroz branco Feijão de caldo Estrogonofe de frango
					*Receita livro 1 pg. 12	
Composição nutricional (Média Semanal)		Orientações:				
		Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	
		475,7 kcal	75g 63%	20g 17%	10 20%	

\* Receitas disponíveis no livro de receitas do PMAE;

\* 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 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 (11-15 anos)**

**FEVEREIRO 2024**

REFEIÇÃO	HORÁRIO	19/02/2024	20/02/2024	21/02/2024	22/02/2024	23/02/2024
PRINCIPAL	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Segunda-feira Arroz branco Feijão de caldo Omelete de fôrmo* *Receita livro 2 pg. 08	Terça-feira Macarrão c/ penili Feijão de caldo Couve refogada	Quarta-feira Arroz branco Feijão de caldo Carne moída c/ cabotia refogados	Quinta-feira Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de batata doce e frango* *Receita livro 1 pg. 11	Sexta-feira Arroz branco Tutu de feijão Coxa/sobrecoxa ao molho Inhame refogado (usar açafrão caso tenha)
				Banana		Goiaba
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO	PTN	LPD
		496,9 kcal				
				65%	15%	20%

**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 fôrmo para as preparações assadas devem adaptar para fazê-las cozidas.



**ELABORADO POR:**  
 Natália Duarte Marcelino CRN9: 24479  
 Paola Damaris Perrino 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 (11-15 anos)**

**FEVEREIRO 2024**

REFEIÇÃO	HORÁRIO	26/02/2024	27/02/2024	28/02/2024	29/02/2024	01/03/2024
<b>PRINCIPAL</b>	Manhã: 10:30h Tarde: 16h	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
		Arroz branco Feijão de caldo Farofinha de ovos com couve	Arroz branco Feijão de caldo Picadinho de frango Purê de cabotiá	Arroz branco Feijão de caldo Quibebe de mandioca com pernil	Arroz branco Feijão de caldo Coxa/sobrecoxa e batata doce assados	Macarrão ao molho bolonhesa Feijão de caldo
<b>Composição nutricional (Média Semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b> 493,6 kcal		<b>CHO</b> 76g 63%	<b>PTN</b> 19g 16%	<b>LPD</b> 12g 21%

**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

