

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)

FEVEREIRO 2024

| REFEIÇÃO | HORÁRIO | 05/02/2024 | 06/02/2024 | 07/02/2024 | 08/02/2024 | 09/02/2024 |
|---|-----------------------------|--|---|--|---|---|
| | | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira |
| CAFÉ DA MANHÃ | 07h:30 | Mingau (amido de milho ou aveia) | Mingau (amido de milho ou aveia) | Pão de forma c/ manteiga Leite c/ cacau | Panqueca de banana Leite | Torrada de pão de forma Leite c/ cacau |
| PRINCIPAL | Manhã: 10:30h Tarde: 16h | Arroz branco Feijão de caldo Carne suína refogada *Algun legume que tenha na escola estocado* | Arroz branco Feijão de caldo Carne de panela *Algun legume que tenha na escola estocado* | 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) | 405 kcal | CHO | PTN | LPD |
| | | | | 60g | 17g | 10g |
| | | | | 59% | 16% | 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:

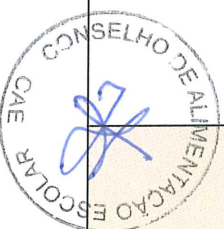
Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590

Nutricionista RT



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE
CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - PERÍODO PARCIAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (4-5 anos)
FEVEREIRO 2024

| REFEIÇÃO | HORÁRIO | 12/02/2024 | 13/02/2024 | 14/02/2024 | 15/02/2024 | 16/02/2024 | |
|---|-----------------------------|----------------|-------------|--|--------------|--|--|
| CAFÉ DA MANHÃ | 07h:30 | 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* *Receita livro 1 pg. 12 | Arroz branco Feijão de caldo Estrogonofê de frango |
| Composição nutricional (Média Semanal) | | Energia (Kcal) | | CHO | PTN | LPD | |
| | | 416 kcal | | 63g | 16g | 10g | |
| | | | | 61% | 17% | 22% | |
| Orientações: | | | | | | | |
| <p>* Receitas disponíveis no livro de receitas do PMAE;</p> <p>* As escolas que tiverem legumes branqueados, utiliza-los até que seja feita a primeira entrega de hortifrutis.</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>ELABORADO POR: </p> <p>Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479 Paola Damaris Perhio CRN9: 28505 Nutricionista QT</p> <p>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)
FEVEREIRO 2024


| REFEIÇÃO | HORÁRIO | 19/02/2024 | 20/02/2024 | 21/02/2024 | 22/02/2024 | 23/02/2024 |
|---|-----------------------------|---|---|---|--|--|
| CAFÉ DA MANHÃ | 07h:30 | Segunda-feira Mingau (amido de milho ou aveia) | Terça-feira Pão de forma c/ manteiga Leite c/ cacau | Quarta-feira Biscoito de polvilho Leite c/ cacau | Quinta-feira Biscotinho de banana* *Receita livro 1 pg. 18 | Sexta-feira Torrada de pão de forma Leite c/ cacau |
| PRINCIPAL | Manhã: 10:30h Tarde: 16h | Arroz branco Feijão de caldo Omelete de forno* *Receita livro 2 pg. 08 | Macarrão c/ penili Feijão de caldo Couve refogada | Arroz branco Feijão de caldo Came moída c/ cabotiá refogada | Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de batata doce com frango* *Receita livro 1 pg. 11 | Arroz branco Tutu de feijão Coxa/sobrecoxa ao molho Inhame refogado (usar acafãõ caso tenha) |
| Composição nutricional (Média Semanal) | | Energia (Kcal) 422,1 kcal | | Banana CHO 63g | PTN 16g | LPD 11g |
| Orientações: | | | | | 15% | 23% |

* Receitas disponíveis no livro de receitas do PMAE;

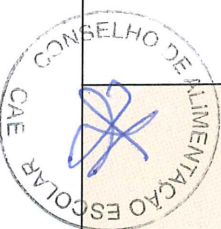
* As escolas que tiverem legumes branqueados, utiliza-lós até que seja feita a primeira entrega de hortifrutis.

* 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 Perrino CRN9: 28505
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)

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 | |
| CAFÉ DA MANHÃ | 07h:30 | Mingau (amido de milho ou aveia) | Panqueca de banana* *Receita livro 1 pg. 16 | Torrada de pão de forma Leite c/ cacau | Biscoito de polvilho Leite queimado | Pão de forma c/ manteiga Leite c/ cacau | |
| 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 cabotiá | Arroz branco Feijão de caldo Quibebe de mandioca com pernil | Arroz branco Feijão de caldo Coxa/sobrecoxa com batata doce assados | Macarrão ao molho bolonhesa Feijão de caldo | |
| | | | | Mexerica | | Banana | |
| Composição nutricional (Média Semanal) | | Energia (Kcal) | 435,6 kcal | CHO | | LPD | |
| | | | | 67g | 63% | 16g | 10g |
| | | | | PTN | | 22% | |
| | | | | 15% | | | |

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

