

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE**  
**CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - BERCÁRIO - PERÍODO INTEGRAL**  
 ZONA URBANA E RURAL  
 FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)

**MAIO 2024**

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	06/05/2024 Segunda-feira	07/05/2024 Terça-feira	08/05/2024 Quarta-feira	09/04/2024 Quinta-feira	10/05/2024 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	10:00h	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Ovos mexidos com chuchu Beterraba cozida amassada	Macarrão (parafuso) amassado com frango (peito) desfiado Feijão de caldo amassado Repolho picadinho refogado	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado com couve picadinha Carne suína refogada desfiada	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Frango (coxa/sobrecoxa) desfiado Inhame cozido amassado	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Carne bovina (pedaço) desfiada com tomate picadinho	
LANCHE	13:30h	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	
JANTAR	14:30h	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Frango (coxa/sobrecoxa) desfiado	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Carne bovina (pedaço) desfiada Beterraba e chuchu cozidos amassado	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Ovos mexidos com chuchu Beterraba cozida amassada	Macarrão (parafuso) amassado com frango (peito) desfiado Feijão de caldo amassado Repolho picadinho refogado	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado com couve picadinha Carne suína refogada desfiada	
<b>Composição nutricional (Média Semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>		<b>CHO</b>		<b>LPD</b>	
		560,6 Kcals		80 g		16 g	
		<b>Cálcio (mg)</b>		61%		25%	
		284,5		<b>Ferro (mg)</b>		<b>Vit. C (mg)</b>	
				6,4		80,8	

**Orientações**

Ao receber os hortifrutíferos, reserve aqueles que estão no cardápio nas preparações de segunda e da terça-feira da semana seguinte. Os hortifrutíferos estão sujeitos a mudanças nas entregas, devido a alterações climáticas e outros motivos, podendo impactar no cardápio, neste caso, é recomendado que façam substituições nos hortifrutíferos.

As escolas que não dispõem de forno para as preparações devem adaptar para fazê-las cozidas.

O açafrão e o orégano podem ser utilizados nas preparações, mesmo que não esteja indicado no cardápio.

**\*\* Para os alunos que vão embora às 17hrs pode ser oferta uma ceia às 16:30 (fórmula infantil/leite materno).**

**\* De acordo com a resolução nº 6 de 8 de maio de 2020 a oferta de frutas para o ensino infantil integral é de no mínimo 4 dias da semana. TODAS AS REFEIÇÕES DEVEM SER PRERADAS SEM SAL PARA MENORES DE 1 ANO.**

**CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DOS ALIMENTOS.**

**ELABORADO POR:**

Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479

Bruna Borges Macedo Cabral CRN9: 19197

Andressa Miranda Machado CRN9: 25904

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 - PERÍODO INTEGRAL  
ZONA URBANA E RURAL  
FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)  
MAIO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	13/05/2024 Segunda-feira	14/05/2024 Terça-feira	15/05/2024 Quarta-feira	16/04/2024 Quinta-feira	17/05/2024 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	10:00h	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Sufilé de ovos com abobrinha e cenoura* <b>*Receita enviada</b>	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Frango desfiado Batata doce cozida amassada	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Carne suína cozida desfiada com cabotiá amassado	Galinhada (coxa e sobrecoxa) com açafrão amassada Feijão de caldo amassado	Sopa de macarrão (pai nosso) com carne bovina (moída) e legumes (batata inglesa e chuchu)	
LANCHE	13:30h	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	
JANTAR	14:30h	Galinhada (coxa/sobrecoxa) com açafrão amassada Feijão de caldo amassado Purê de batata doce	Sopa de macarrão (pai nosso) com carne bovina (moída) e legumes (cenoura e abobrinha)	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Sufilé de ovos com abobrinha e cenoura* <b>*Receita enviada</b>	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Frango desfiado Batata doce cozida amassada	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Carne suína cozida desfiada com cabotiá amassado	
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO		LPD	
		556,7 Kcals		80 g		16 g	
		Cálcio (mg)		60%		25%	
		278,7		Ferro (mg)		Vit. C (mg)	
				6,3		88,6	

Orientações

Após receber os hortifrúteis, reserve aqueles que estão no cardápio nas preparações de segunda e da terça-feira da semana seguinte. Os hortifrúteis estão sujeitos a mudanças nas entregas, devido a alterações climáticas e outros motivos, podendo impactar no cardápio, neste caso, é recomendado que façam substituições nos hortifrúteis.

As escolas que não dispõem de forno para as preparações devem adaptar para fazê-las cozidas.

O açafrão e o orégano podem ser utilizados nas preparações, mesmo que não esteja indicado no cardápio.

\*\* Para os alunos que vão embora às 17hrs pode ser oferecida uma ceia às 16:30 (fórmula infantil/leite materno).

\* De acordo com a resolução nº 6 de 8 de maio de 2020 a oferta de frutas para o ensino infantil integral é de no mínimo 4 dias da semana.

TODAS AS REFEIÇÕES DEVEM SER PRERADAS SEM SAL PARA MENORES DE 1 ANO.

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DOS ALIMENTOS.

ELABORADO POR:

Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479  
Bruna Borges Macedo Cabral CRN9: 19197  
Andressa Miranda Machado CRN9: 25904  
Nutricionista QT

REVISADO POR:

Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590  
Nutricionista RT



REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	20/05/2024 Segunda-feira	21/05/2024 Terça-feira	22/05/2024 Quarta-feira	23/04/2024 Quinta-feira	24/05/2024 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	10:00h	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Ovos mexidos Beterraba cozida amassada	Macarrão ( <i>espagete</i> ) com frango ( <i>peito</i> ) desfiado Feijão de caldo amassado Couve refogada picadinha	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Carne suína desfiada com lentilha e cenoura cozida	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Escondidinho de Frango ( <i>coxa/sobrecoxa</i> ) desfiado com mandioca* <b>*Receita Livro 1 pg. 11</b>	Arroz branco amassado Carne bovina ( <i>moída</i> ) Feijão de caldo amassado Couve refogada picadinha	
LANCHE	13:30h	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	
JANTAR	14:30h	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Frango desfiado ( <i>coxa e sobrecoxa</i> ) Couve e repolho refogados picadinho	Arroz branco amassado Carne bovina ( <i>moída</i> ) Feijão de caldo amassado Beterraba cozida amassada	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Ovos mexidos Beterraba cozida amassada	Macarrão ( <i>espagete</i> ) com frango ( <i>peito</i> ) desfiado Feijão de caldo amassado Couve refogada picadinha	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Carne suína desfiada com lentilha e cenoura cozida	
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO		PTN	
		561 Kcals		79 g		19g	
		Cálcio (mg)		60%		16%	
		290,9		Ferro (mg)		Retinol (mcg)	
		6,5		6,5		234,2	
		Vit. C (mg)		24%		95,2	

**Orientações**

Ao receber os hortifrutíferos, reserve aqueles que estão no cardápio nas preparações de segunda e da terça-feira da semana seguinte. Os hortifrutíferos estão sujeitos a mudanças nas entregas, devido a alterações climáticas e outros motivos, podendo impactar no cardápio, neste caso, é recomendado que façam substituições nos hortifrutíferos.

As escolas que não dispõem de forno para as preparações devem adaptar para fazê-las cozidas.

O açafrão e o orégano podem ser utilizados nas preparações, mesmo que não esteja indicado no cardápio.

\*\* Para os alunos que vão embora às 17hrs pode ser oferta uma ceia às 16:30 (fórmula infantil/leite materno).

\* De acordo com a resolução nº 6 de 8 de maio de 2020 a oferta de frutas para o ensino infantil integral é de no mínimo 4 dias da semana.

TODAS AS REFEIÇÕES DEVEM SER PRERADAS SEM SAL PARA MENORES DE 1 ANO.

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DOS ALIMENTOS.

**ELABORADO POR:**

Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479  
Bruna Borges Macedo Cabral CRN9: 19197  
Andressa Miranda Machado CRN9: 25904  
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 - BERCÁRIO - PERÍODO INTEGRAL  
ZONA URBANA E RURAL  
FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)

MAIO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	27/05/2024 Segunda-feira	28/05/2024 Terça-feira	29/05/2024 Quarta-feira	30/04/2024 Quinta-feira	31/05/2024 Sexta-feira
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno		
COLAÇÃO	9:00h	Fruta	Fruta	Fruta		
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Ovos mexidos com abobrinha e tomate	Arroz com batata doce amassado Feijão de caldo amassado Frango (coxa/sobrecoxa) desfiado	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Carne suína cozida desfiada com tomate Couve refogada picadinha		
LANCHE	13:30h	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno		
JANTAR	14:30h	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Carne suína cozida desfiada com tomate Couve refogada picadinha	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Ovos mexidos com abobrinha e tomate	Arroz com batata doce amassado Feijão de caldo amassado Frango (coxa/sobrecoxa) desfiado		
<b>Composição nutricional (Média Semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b> 564,6 Kcals		<b>CHO</b> 79 g 60%	<b>PTN</b> 19g 15%	<b>LPD</b> 16g 25%
		<b>Cálcio (mg)</b> 288,4		<b>Ferro (mg)</b> 6,4	<b>Retinol (mcg)</b> 234,2	<b>Vit. C (mg)</b> 95,4

**Orientações**

Ao receber os hortifrúts, reserve aqueles que estão no cardápio nas preparações de segunda e da terça-feira da semana seguinte. Os hortifrúts estão sujeitos a mudanças nas entregas, devido a alterações climáticas e outros motivos, podendo impactar no cardápio, neste caso, é recomendado que façam substituições nos hortifrúts.  
As escolas que não dispõem de forno para as preparações devem adaptar para fazê-las cozidas.  
O açafrão e o orégano podem ser utilizado nas preparações, mesmo que não esteja indicado no cardápio.  
\*\* Para os alunos que vão embora às 17hrs pode ser oferta uma ceia às 16:30 (fórmula infantil/leite materno).  
\* De acordo com a resolução nº 6 de 8 de maio de 2020 a oferta de frutas para o ensino infantil integral é de no mínimo 4 dias da semana.  
**TODAS AS REFEIÇÕES DEVEM SER PRERADAS SEM SAL PARA MENORES DE 1 ANO.**  
**CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DOS ALIMENTOS.**

**ELABORADO POR:**

Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479  
Bruna Borges Macedo Cabral CRN9: 19197  
Andressa Miranda Machado CRN9: 25904  
Nutricionista QT

**REVISADO POR:**

Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590  
Nutricionista RT

