

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 a 15 anos)

MAIO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	06/05/2024	07/05/2024	08/05/2024	09/05/2024	10/05/2024
PRINCIPAL	Manhã: 09:30h	Arroz branco Feijão de caldo Ovos mexidos com chuchu Salada de beterraba cozida ralada	Macarrão (espaguete) com frango (peito) desfiado Feijão de caldo Salada de repolho	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína refogada Salada de alface e couve	Arroz branco Feijão de caldo Supremo de frango (coxa/sobrecoxa) com creme de inhame* *Receita Livro 3 pg. 11	Arroz branco Feijão de caldo Carne bovina (pedaço) ao molho Salada de tomate e repolho
	Tarde: 15:30h	Suco de Caju		Goiaba		Banana
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	504,34 Kcals	CHO	PTN	LPD
			80 g	80 g	20 g	11g
			64%	64%	16%	20%

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 escolhas 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.

\*De acordo com a resolução nº 6 de 8 de maio de 2020 a oferta de frutas para o ensino parcial deve ocorrer 2 dias na semana.

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 FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL  
ZONA URBANA E RURAL  
FAIXA ETÁRIA (11 a 15 anos)

MAIO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	13/05/2024	14/05/2024	15/05/2024	16/05/2024	17/05/2024
PRINCIPAL	Manhã: 09:30h	Arroz branco Feijão de caldo Sufilé de ovos com abobrinha e cenoura* *Receita enviada	Arroz branco Feijão de caldo Estrogonofe de Frango (peito) com amido e molho de extrato de tomate Salada de batata-doce assada em rodelas com orégano	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína cozida com cabotiã	Galinhada (coxa/sobrecoxa) com açafrão Feijão de caldo Salada de tomate e alface	Sopa de macarrão (parafuso) com carne bovina (moída) e legumes (batata inglesa e chuchu)
	Tarde: 15:30h			Banana		Mexerica
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO	PTN	LPD
		463,08 Kcals		74 g	18 g	11 g
				63%	16%	21%

Orientações:

Ao receber os hortifrutis, reserve aqueles que estão no cardápio nas preparações de segunda e da terça-feira da semana seguinte. Os hortifrutis 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 hortifrutis.

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.

\*De acordo com a resolução nº 6 de 8 de maio de 2020 a oferta de frutas para o ensino parcial deve ocorrer 2 dias na semana.

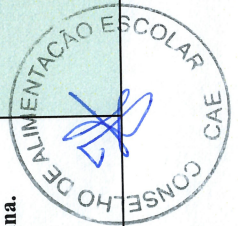
CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DOS ALIMENTOS.

ELABORADO POR:

Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479  
Bruna Borges Macedo Cabral CRN9: 19197  
Addressa 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 FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL

ZONA URBANA E RURAL

FAIXA ETÁRIA (11 a 15 anos)

MAIO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	20/05/2024	21/05/2024	22/05/2024	23/05/2024	24/05/2024
PRINCIPAL	Manhã: 09:30h	Arroz branco Feijão de caldo Ovos mexidos Salada de beterraba ralada cozida	Macarrão ( <i>espaguete</i> ) com frango ( <i>peito</i> ) desfiado Feijão de caldo Salada de couve e repolho	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína com lentilha e cenoura*	Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de Frango ( <i>coxa/sobrecoxa</i> ) com mandioca*	Arroz branco Carne bovina ( <i>moida</i> ) Feijão de caldo Salada de alface e couve *Receita Livro 1 pg. 4
	Tarde: 15:30h	Suco de Caju		Mexerica		Abacaxi
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	511,97 Kcals	CHO	82 g	64%
				PTN	21 g	16%
				LPD	11 g	19%

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 açafrao e o orégano podem ser utilizado nas preparações, mesmo que não esteja indicado no cardápio.

\*De acordo com a resolução nº 6 de maio de 2020 a oferta de frutas para o ensino parcial deve ocorrer 2 dias na semana.

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 FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL					
ZONA URBANA E RURAL					
FAIXA ETÁRIA (11 a 15 anos)					
MAIO 2024					
REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	27/05/2024	28/05/2024	29/05/2024	30/05/2024
PRINCIPAL	Manhã:09:30h Tarde:15:30h	Arroz branco Feijão de caldo Ovos mexidos com abobrinha e tomate	Arroz branco Feijão de caldo Frango (coxa/sobrecoxa) assado com batata-doce Salada de repolho	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína cozida com tomate Salada de couve e alface	Quinta-feira
					Sexta-feira
					RECESSO
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		PTN	
		484,89 Kcals		19 g	
		CHO		16%	
		77 g		20%	
		63%			
<p><b>Orientações:</b></p> <p>Ao 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.</p> <p>As escolas que não dispõem de forno para as preparações devem adaptar para fazê-las cozidas.</p> <p>O açafrão e o orégano podem ser utilizados nas preparações, mesmo que não esteja indicado no cardápio.</p> <p><b>*De acordo com a resolução nº 6 de maio de 2020 a oferta de frutas para o ensino parcial deve ocorrer 2 dias na semana.</b></p>					
<p><b>ELABORADO POR:</b> Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479 Bruna Borges Macedo Cabral CRN9: 19197 Andressa Miranda Machado CRN9: 25904 Nutricionista QT</p> <p><b>REVISADO POR:</b> Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590 Nutricionista RT</p>					

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

