

**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)**

**MAIO 2024**

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	06/05/2024	07/05/2024	08/05/2024	09/05/2024	10/05/2024
<b>PRINCIPAL</b>	<b>Manhã: 09:30h</b>	Arroz branco Feijão de caldo Ovos mexidos com chuchu Salada de beterraba cozida ralada	Macarrão ( <i>espaguete</i> ) com frango ( <i>peito</i> ) 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 ( <i>coxa/sobrecoxa</i> ) com creme de inhame* *Receita Livro 3 pg. 11	Arroz branco Feijão de caldo Carne bovina ( <i>pedaço</i> ) ao molho Salada de tomate e repolho
	<b>Tarde: 15:30h</b>	Suco de Caju		Goiába		Banana
<b>Composição nutricional (Média Semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>394,74 Kcals</b>	<b>CHO</b>	<b>58 g</b>	<b>59%</b>
					<b>PTN</b>	<b>16 g</b>
						<b>LPD</b>
						<b>11 g</b>
						<b>16%</b>
						<b>25%</b>

**Orientações:**

Ao receber os hortifrúts, reserve aqueles que estão no cardápio nas preparações de segunda-feira 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.

**\*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 (6 a 10 anos)**

**MAIO 2024**

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	13/05/2024	14/05/2024	15/05/2024	16/05/2024	17/05/2024
<b>PRINCIPAL</b>	<b>Manhã:09:30h</b>	Arroz branco Feijão de caldo Sufilé de ovos com abobrinha e cenoura* <b>*Receita enviada</b>	Arroz branco Feijão de caldo Estragonofe de Frango ( <i>peito</i> ) 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 cabotiá	Galinhada ( <i>coxa/sobrecoxa</i> ) com açafrão Feijão de caldo Salada de tomate e alface	Sopa de macarrão ( <i>parafuso</i> ) com carne bovina ( <i>moida</i> ) e legumes (batata inglesa e chuchu)
	<b>Tarde:15:30h</b>					
<b>Composição nutricional (Média Semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO</b>	<b>CHO</b>	<b>PTN</b>	<b>LPD</b>
		<b>393,82 Kcals</b>	<b>59 g</b> <b>60%</b>	<b>59 g</b> <b>60%</b>	<b>16 g</b> <b>16%</b>	<b>10 g</b> <b>24%</b>
<p><b>Orientações:</b> Ao receber os hortifrúts, reserve aqueles que estão no cardápio nas preparações de segunda-feira 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. <b>*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.</b></p>						
<p align="center"><b>CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DOS ALIMENTOS.</b></p>						
<p align="right"><b>ELABORADO POR:</b> Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479 Bruna Borges Macedo Cabral CRN9: 19197 Andressa Miranda Machado CRN9: 25904 Nutricionista QT</p> <p align="right"><b>REVISADO POR:</b> Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590 Nutricionista RT</p>						



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)

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	Macarrão ( <i>espagnete</i> ) com frango ( <i>peito</i> ) desfiado Feijão de caldo	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	Salada de beterraba ralada cozida	Salada de couve e repolho	*Receita Livro 2 pg. 12	*Receita Livro 1 pg. 11	
		Suco de Caju		Mexerica		Abacaxi
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO		LPD
		435,56 Kcals		66 g		11 g
				62%		22%

## Orientações:

Ao receber os hortifrúts, reserve aqueles que estão no cardápio nas preparações de segunda-feira 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 açúcar e o óleo 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 (6 a 10 anos)

MAIO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	27/05/2024	28/05/2024	29/05/2024	30/05/2024	31/05/2024
PRINCIPAL	Manhã:09:30h	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	Feriado	RECESSO
	Tarde:15:30h					
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	380,43 Kcals	CHO	55 g	59%
Orientações:		<p>Ao receber os hortifrúts, reserve aqueles que estão no cardápio nas preparações de segunda-feira 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.</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 utilizado nas preparações, mesmo que não esteja indicado no cardápio.</p> <p><b>*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.</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.