

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
 PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE
 CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - PERÍODO INTEGRAL
 ZONA URBANA E RURAL
 FAIXA ETÁRIA (4 e 5 anos)

MAIO 2024

REFEIÇÃO	HORÁRIO	06/05/2024 Segunda-feira	07/05/2024 Terça-feira	08/05/2024 Quarta-feira	09/05/2024 Quinta-feira	10/05/2024 Sexta-feira
CAFÉ DA MANHÃ	9:00h	Mingau de aveia com cacau	Pão de forma com manteiga Leite com cacau	Biscoito de polvilho Leite queimado	Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela* *Receita Livro 1 pg. 23	Bolo de cacau com passas* Leite puro *Receita Livro 2 pg. 14
ALMOÇO	11:00h	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 Arroz branco Feijão de caldo Carne suína refogada Salada de 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
JANTAR	14:40h	Arroz branco Feijão de caldo Frango ao molho (<i>coxa/sobrecoxa</i>) Salada de repolho	Arroz branco Feijão de caldo Carne bovina (<i>pedaço</i>) ao molho Chuchu e beterraba cozidos ao cubo	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 couve
LANCHE	16:30h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO	PTN	LPD
		1150,5		158g	42g	38g
		57%		57%	16%	30%

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 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 infantil integral é de no mínimo 4 dias da 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

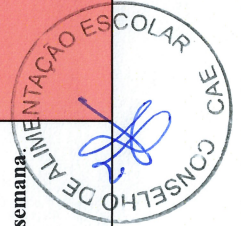
Andressa Miranda Machado CRN9: 25904

Nutricionista QT

REVISADO POR:

Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590

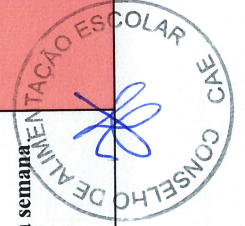
Nutricionista RT



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
 PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE
 CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - PERÍODO INTEGRAL
 ZONA URBANA E RURAL
 FAIXA ETÁRIA (4 e 5 anos)

MAIO 2024

REFEIÇÃO	HORÁRIO	13/05/2024 Segunda-feira	14/05/2024 Terça-feira	15/05/2024 Quarta-feira	16/05/2024 Quinta-feira	17/05/2024 Sexta-feira
CAFÉ DA MANHÃ	9:00h	Mingau de amido de milho com cacau *Receita Livro 2 pg. 17	Pão de forma com manteiga Leite com cacau	Biscoito de polvilho Leite queimado	Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela* *Receita Livro 1 pg. 23	Bolo da Vovó (Receita enviada) Leite puro
ALMOÇO	11:00h	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 cabotiá	Galinhada (coxa/sobrecoxa) com açafrão Feijão de caldo Salada de tomate	Sopa de macarrão (parafuso) com carne bovina (moída) e legumes (batata inglesa e chuchu)
JANTAR	14:40h	Galinhada (coxa/sobrecoxa) com açafrão Feijão de caldo Purê de batata doce	Sopa de macarrão (parafuso) com carne bovina (moída) e legumes (cenoura e abobrinha)	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 cabotiá
LANCHE	16:30h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal) 1153		CHO 154g 55%	PTN 42g 15%	LPD 40g 30%
<p>Orientações</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>* 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</p>						
<p>CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DOS ALIMENTOS.</p>						
<p> ELABORADO POR: Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479 Bruna Borges Macedo Cabral CRN9: 19197 Andressa Miranda Machado CRN9: 25904 Nutricionista QT </p> <p> REVISADO POR: 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 INFANTIL - PERÍODO INTEGRAL
 ZONA URBANA E RURAL
 FAIXA ETÁRIA (4 e 5 anos)

MAIO 2024

REFEIÇÃO	HORÁRIO	20/05/2024 Segunda-feira	21/05/2024 Terça-feira	22/05/2024 Quarta-feira	23/05/2024 Quinta-feira	24/05/2024 Sexta-feira
CAFÉ DA MANHÃ	9:00h	Mingau de aveia com cacau	Pão de forma com manteiga Leite com cacau	Biscoito de polvilho Leite queimado	Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela* *Receita Livro 1 pg. 23	Bolo de cacau com passas* Leite puro *Receita Livro 2 pg. 14
ALMOÇO	11:00h	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* *Receita Livro 2 pg. 12	Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de Frango (<i>coxa/sobrecoxa</i>) com mandioca* *Receita Livro 1 pg. 11	Arroz branco Carne bovina (<i>moída</i>) Feijão de caldo Salada de couve *Receita Livro 1 pg. 4
JANTAR	14:40h	Arroz branco Feijão de caldo Picadinho de frango (<i>coxa e sobrecoxa</i>) Salada de couve e repolho	Arroz branco Carne bovina (<i>moída</i>) Feijão de caldo Salada de beterraba ralada	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* *Receita Livro 2 pg. 12
LANCHE	16:30h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	1171	CHO	159g	55%
					PTN	45g
						15%

Orientações

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. 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 infantil integral é de no mínimo 4 dias da 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 INFANTIL - PERÍODO INTEGRAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (4 e 5 anos)

MAIO 2024

REFEIÇÃO	HORÁRIO	27/05/2024	28/05/2024	29/05/2024	30/05/2024	31/05/2024
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
CAFÉ DA MANHÃ	9:00h	Mingau de amido de milho com cacau <i>*Receita Livro 2 pg. 17</i>	Pão de forma com manteiga Leite com cacau	Biscoito de polvilho Leite queimado		
ALMOÇO	11:00h	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		
JANTAR	14:40h	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína cozida com tomate Salada de couve	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		
LANCHE	16:30h	Fruta	Fruta	Fruta		
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	1162,3	CHO	PTN	LPD
				158g	44g	39g
			55%		15%	30%

Orientações

Ao receber os hortifrutís, reserve aqueles que estão no cardápio nas preparações de segunda e da terça-feira da semana seguinte. Os hortifrutís 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 hortifrutís. As escolas que não dispõem de forno para as preparações devem adaptar para fazê-las cozidas. O açúcar 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 infantil integral é de no mínimo 4 dias da 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

