

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
 PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE
 CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - CRECHE - PERÍODO INTEGRAL E PARCIAL
 ZONA URBANA E RURAL
 FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos)
 JUNHO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	03/06/2024	04/06/2024	05/06/2024	06/06/2024	07/06/2024
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Segunda-feira Biscoito de polvilho Leite com cacau	Terça-feira Pão de forma com manteiga Leite com cacau	Quarta-feira Biscoitinho de maizena *Receita em anexo*	Quinta-feira Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela	Sexta-feira Bolo de banana* (Receita livro 1 pg. 20) Leite puro
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco Feijão de caldo Farofa de ovos Purê de cabotiá	Arroz branco Feijão de caldo Estrogonofe de frango (peito)	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína refogada com cenoura Salada de repolho PARCIAL MANHÃ: Fruta (mamão)	Arroz branco Feijão de caldo Coxa/sobrecoxa (assada ou refogada) com batata doce Farofa de couve	Macarrão (pate nosso) com carne bovina desfiada e abobrinha ralada Feijão de caldo PARCIAL MANHÃ: Fruta (banana)
LANCHE	12:00h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	13:30h	INTEGRAL: Fruta (mexerica)	INTEGRAL: Fruta (banana)	INTEGRAL: Fruta (mamão)	INTEGRAL: Fruta (mexerica)	INTEGRAL: Fruta (banana)
JANTAR	15:00h	Arroz branco Feijão de caldo Coxa/sobrecoxa (assada ou refogada) Farofa de couve	Macarrão (pate nosso) com carne bovina desfiada e abobrinha ralada Feijão de caldo	Arroz branco Feijão de caldo Farofa de ovos Purê de cabotiá (ou assada) PARCIAL TARDE: Fruta (mamão)	Arroz branco Feijão de caldo Estrogonofe de frango (peito)	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína refogada com cenoura Salada de repolho PARCIAL TARDE: Fruta (banana)
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (kcal)		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		708,05 Kcal		100g	27g	21g
		Cálcio (mg)		57%	17%	26%
		277,4		Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)
				5,4	103,6	26,3

Orientações

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

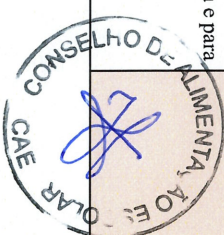
O açafrão e o orégano podem ser utilizados nas preparações, mesmo que não esteja indicado no cardápio.

* A fruta da integral foi realocada da colação para o lanche da tarde para melhorar o tempo de intervalo entre as refeições.

** Para os alunos do integral que vão embora às 17hrs pode ser oferta uma ceia às 16:30.

*** 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 e para o ensino infantil PARCIAL são 2 dias da semana.

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



ELABORADO POR:
 Natália Duarte Marcelino CRN9: 24479
 Thais Cunha Reis CRN9: 24144
 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 - CRECHE - PERÍODO INTEGRAL E PARCIAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos)
JUNHO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	10/06/2024	11/06/2024	12/06/2024	13/06/2024	14/06/2024			
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Segunda-feira Biscoito de polvilho Leite com cacau	Terça-feira Pão de forma com manteiga Suco de cajuí	Quarta-feira Mingau de amido de milho com cacau *Receita Livro 2 pg. 17	Quinta-feira Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela	Sexta-feira Bolo de cacau com passas* Leite puro *Receita Livro 2 de 14			
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco Feijão de caldo Ovos mexidos Purê de batata doce	Arroz branco Feijão de caldo Peito de frango picadinho com inhame e açafrão	Arroz com carne suína Tutu de feijão Salada de couve e repolho PARCIAL. MANHÃ: Fruta (mamão)	Macarrão (<i>parafuso</i>) com frango (<i>peito</i>) ao molho de tomate enriquecido com beterraba Feijão de caldo	Arroz branco Feijão de caldo Carne moída refogada com batata inglesa PARCIAL. MANHÃ: Fruta (mexericá)			
LANCHE	12:00h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite			
LANCHE	13:30h	INTEGRAL: Fruta (banana)	INTEGRAL: Fruta (mexericá)	INTEGRAL: Fruta (mamão)	INTEGRAL: Fruta (banana)	INTEGRAL: Fruta (mexericá)			
JANTAR	15:00h	Macarrão (<i>parafuso</i>) com frango (<i>peito</i>) ao molho de tomate enriquecido com beterraba Feijão de caldo	Arroz branco Feijão de caldo Carne moída refogada com batata inglesa	Arroz branco Feijão de caldo Ovos mexidos Purê de batata doce (ou assada) PARCIAL. TARDE: Fruta (mamão)	Arroz branco Feijão de caldo Peito de frango picadinho com inhame e açafrão	Arroz com carne suína Tutu de feijão Salada de couve e repolho PARCIAL. TARDE: Fruta (mexericá)			
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO (g)		PTN (g)		LPD (g)	
		721,09 Kcals		105 g		30g		21 g	
		Cálcio (mg)		58%		16%		26%	
		284,01		Ferro (mg)		Retinol (mcg)		Vit. C (mg)	
				5,3		102,6		33,2	

Orientações

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

* A fruta do integral foi realocada da colação para o lanche da tarde para melhorar o tempo de intervalo entre as refeições.

** Para os alunos do integral que vão embora às 17hrs pode ser oferta uma ceia às 16:30.

*** 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 e para o ensino infantil PARCIAL são 2 dias da semana.

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

ELABORADO POR:
Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479
Thais Cunha Reis CRN9: 24144
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 - CRECHE - PERÍODO INTEGRAL E PARCIAL
 ZONA URBANA E RURAL
 FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos)
JUNHO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	17/06/2024	18/06/2024	19/06/2024	20/06/2024	21/06/2024					
CARFÉ DA MANHÃ	7:30h	Biscoito de polvilho Leite com cacau	Pão de forma com manteiga Leite com cacau	Cookie de aveia com uva passas *Receita em anexo*	Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela	Panqueca de banana* (Receita livro 1 pg. 16) Leite puro					
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco Feijão de caldo Suflê (ovos) de chuchu Salada de tomate	Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de frango (peito) e cabotiá	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína refogada com lentilha Salada de couve PARCIAL MANHÃ: Fruta (Mexericá)	Arroz branco Feijão de caldo Frango (coxa/sobrecoxa) ao molho com batata doce	LANCHE FESTIVO Arroz branco Feijão de caldo Quibe assado (carne moída) c/ tomate PARCIAL MANHÃ: Fruta (abacaxi)					
LANCHE	12:00h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite					
LANCHE	13:30h	INTEGRAL: Fruta (mamão)	INTEGRAL: Fruta (mexericá)	INTEGRAL: Fruta (banana)	INTEGRAL: Fruta (abacaxi)	INTEGRAL: Fruta (banana)					
JANTAR	15:00h	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína refogada com lentilha Salada de couve	LANCHE FESTIVO Arroz branco Feijão de caldo Quibe assado (carne moída) c/ tomate	Arroz branco Feijão de caldo Frango (coxa/sobrecoxa) ao molho com batata doce PARCIAL TARDE: Fruta (Mexericá)	Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de frango (peito) e cabotiá	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína refogada com lentilha Salada de couve PARCIAL TARDE: Fruta (abacaxi)					
Composição nutricional (Média Semanal)		Orientações		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPPD (g)				
								754,7 Kcals	107 g	28g	23g
								Cálcio (mg)	57%	16%	27%
								288,2	Ferro (mg)	99,8	Vit. C (mg)

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

* A fruta do integral foi realocada da colação para o lanche da tarde para melhorar o tempo de intervalo entre as refeições.

** Para os alunos do integral que vão embora às 17h30 pode ser oferta uma ceia às 16:30.

*** De acordo com a resolução n° 6 de 8 de maio de 2020 a oferta de frutas para o ensino infantil INTEGRAL é de no mínimo 4 dias da semana e para o ensino infantil PARCIAL são 2 dias da semana.

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



ELABORADO POR:
 Natália Duarte Marcelino CRN9: 24479
 Thais Cunha Reis CRN9: 24144
 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 - PMMAE
 CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - CRECHE - PERÍODO INTEGRAL E PARCIAL

ZONA URBANA E RURAL
 FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos)

JUNHO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	24/06/2024 Segunda-feira	25/06/2024 Terça-feira	26/06/2024 Quarta-feira	27/06/2024 Quinta-feira	28/06/2024 Sexta-feira	
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Biscoito de polvilho Leite com cacau	Pão de forma com manteiga Suco de cajiá	Mingau de aveia com cacau	Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela	Bolo da vovó* (receita enviada) Leite puro	
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco Feijão de caldo Omelete de forno com abobrinha	Sopa de legumes (<i>cenoura, repolho, lentilha, peito de frango</i>) com macarrão (<i>padre nosso</i>)	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína refogada com batata inglesa PARCIAL MANHÃ: Fruta (mamão)	Arroz branco Feijão de caldo Carne bovina cozida Salada de chuchu	LANCHE FESTIVO Galinhada (<i>coxal/sobrecoxa</i>) Tutu de feijão Salada de repolho, tomate e couve SOBREMESA: Mingau de milho verde	
LANCHE	12:00h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	
LANCHE	13:30h	INTEGRAL: Fruta (abacaxi)	INTEGRAL: Fruta (mexericá)	INTEGRAL: Fruta (banana)	INTEGRAL: Fruta (mamão)	INTEGRAL: Fruta (mexericá)	
JANTAR	15:00h	Arroz branco Feijão de caldo Carne bovina cozida Salada de chuchu	LANCHE FESTIVO Galinhada (<i>coxal/sobrecoxa</i>) Tutu de feijão Salada de repolho, tomate e couve	Arroz branco Feijão de caldo Omelete de forno com abobrinha PARCIAL TARDE: Fruta (mamão)	Sopa de legumes (<i>cenoura, repolho, lentilha, peito de frango</i>) com macarrão (<i>padre nosso</i>)	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína refogada com batata inglesa SOBREMESA: Mingau de milho verde	
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO (g)		PTN (g)	
		716,8 Kcals		100g		29g	
		Cálcio (mg)		56%		16%	
		287,1		Ferro (mg)		Retinol (mcg)	
				4,9		108,1	
						LPD (g)	
						23g	
						28%	
						Vit. C (mg)	
						37,2	

Orientações

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

* A fruta do integral foi realocada da colação para o lanche da tarde para melhorar o tempo de intervalo entre as refeições.

** Para os alunos do integral que vão embora às 17hs pode ser oferta uma ceia às 16:30.

*** De acordo com a resolução n° 6 de 8 de maio de 2020 a oferta de frutas para o ensino infantil INTEGRAL é de no mínimo 4 dias da semana e para o ensino infantil PARCIAL são 2 dias da semana.

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

ELABORADO POR: 
 Natália Duarte Marcelino CRN9: 24479
 Thais Cunha Reis CRN9: 24144
 Nutricionista QT

REVISADO POR:
 Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590
 Nutricionista RT

