

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE**  
**CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO INTEGRAL**  
**ZONA URBANA E RURAL**  
**FAIXA ETÁRIA (6 a 10 anos)**  
**JUNHO 2024**

REFEIÇÃO	HORÁRIO	03/06/2024	04/06/2024	05/06/2024	06/06/2024	07/06/2024
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
CAFÉ DA MANHÃ/ CAFÉ DA TARDE	8:00h / 14:00h (Somente para o ensino integral)	Bolacha de água e sal Leite com achocolatado	Pão de forma com manteiga Leite queimado Goiaba	Bolacha de maizena Leite com achocolatado	Torrada de pão de forma Leite com achocolatado Banana	Mingau de amido de milho com achocolatado *Receita Livro 2 pg. 17
REFEIÇÃO PRINCIPAL MANHÃ / TARDE	9:30h 15:00h	Arroz branco Feijão de caldo Farofa de ovos Purê de cabotiá Suco de cajiá	Arroz branco Feijão de caldo Estrogonofe de frango (peito) Salada de repolho	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína refogada com cenoura Salada de repolho Goiaba	Arroz branco Feijão de caldo Moqueca de peixe com tomate Salada de alface e couve	Macarrão (parafiso) com carne bovina desfiada e abobrinha ralada Feijão de caldo Banana
ALMOÇO	12:00h (Somente para o ensino integral)	Arroz branco Feijão de caldo Moqueca de peixe com tomate Farofa de repolho	Macarrão (parafiso) com carne bovina desfiada Feijão de caldo	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
Composição nutricional (Média Semanal)	Ensino Parcial Ensino Integral	Energia (Kcal)	379,7 Kcal	53g (60%)	16g (15%)	10g (25%)
		CHO	1149,7 Kcal	159g (55%)	44g (15%)	38g (30%)
Orientações:		<p>Ao receber os hortifrutis, reserve aqueles que estão no cardápio nas preparações de segunda e da terça-feira da semana seguinte.</p> <p>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.</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 fundamental INTEGRAL, é de no mínimo 4 dias da semana e para o ensino fundamental PARCIAL são 2 dias da semana.</b></p>				



**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 FUNDAMENTAL - PERÍODO INTEGRAL**  
**ZONA URBANA E RURAL**  
**FAIXA ETÁRIA (6 a 10 anos)**  
**JUNHO 2024**

REFEIÇÃO	HORÁRIO	10/06/2024	11/06/2024	12/06/2024	13/06/2024	14/06/2024		
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira		
CAFÉ DA MANHÃ/ CAFÉ DA TARDE	8:00h / 14:00h (Somente para o ensino integral)	Bolacha de água e sal Leite com achocolatado	Pão de forma com manteiga Leite queimado Mamão	Bolacha de maizena Leite com achocolatado	Torrada de pão de forma Leite com achocolatado Mexerica	Bolo de chocolate Leite puro		
REFEIÇÃO PRINCIPAL MANHÃ / TARDE	9:30h 15:00h	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 Mamão	Macarrão ( <i>espagnole</i> ) com frango ( <i>coxa/sobrecoxa</i> ) ao molho de tomate enriquecido com beterraba Feijão de caldo	Arroz branco Feijão de caldo Carné bovina refogada com batata inglesa Alface picada		
ALMOÇO	12:00h (Somente para o ensino integral)	Macarrão ( <i>espagnole</i> ) com frango ( <i>coxa/sobrecoxa</i> ) ao molho de tomate Feijão de caldo	Arroz branco Feijão de caldo Carné bovina refogada com batata inglesa	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		
Composição nutricional (Média Semanal)	Ensino Parcial	Ensino Integral	Energia (Kcal)		PTN		LPD	
			375,4 Kcal	53g (57%)	15g (15%)	11g (28%)		
			1164,4 Kcal	155g (55%)	43g (15%)	41g (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 açafrão e o orgânico 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 fundamental INTEGRAL é de no mínimo 4 dias da semana e para o ensino fundamental PARCIAL são 2 dias da semana.



**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 FUNDAMENTAL - PERÍODO INTEGRAL**  
**ZONA URBANA E RURAL**  
**FAIXA ETÁRIA (6 a 10 anos)**  
**JUNHO 2024**

REFEIÇÃO	HORÁRIO	17/06/2024	18/06/2024	19/06/2024	20/06/2024	21/06/2024
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
CAFÉ DA MANHÃ/ CAFÉ DA TARDE	8:00h / 14:00h (Somente para o ensino integral)	Bolacha de água e sal Leite com achocolatado	Pão de forma com manteiga Leite queimado Banana	Bolacha de massena Leite com achocolatado	Torrada de pão de forma Leite com achocolatado Abacaxi	Mingau de amido de milho com achocolatado <b>*Receita Livro 2 pg. 17</b>
		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 com lentilha Salada de couve e alface	Arroz branco Feijão de caldo Frango (coxa e sobrecoxa) assado com batata doce	LANCHE FESTIVO Arroz branco Feijão de caldo Quibe assado (carne moída) com tomate
ALMOÇO	12:00h (Somente para o ensino integral)	Suco de cajiú	Banana	Banana	Abacaxi	Abacaxi
		Arroz branco Feijão de caldo Frango ao molho Salada de beterraba cozida	LANCHE FESTIVO Arroz branco Feijão de caldo Quibe assado (carne moída)	Arroz branco Feijão de caldo Suflê (ovos) de chuchu Salada de tomate	Arroz branco Feijão de caldo Frango (coxa e sobrecoxa) assado com batata doce	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína com lentilha Salada de couve e alface
Composição nutricional (Média Semanal)		Ensino Parcial 390,5 Kcal	Energia (Kcal) 1192,5 Kcal	CHO 53g (58%) 160g (55%)	PTN 14g (15%) 40g (14%)	LPD 11g (27%) 40g (31%)

**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 azeite e o óleo podem ser utilizados 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 fundamental INTEGRAL é de no mínimo 4 dias da semana e para o ensino fundamental PARCIAL são 2 dias da semana.**



**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 FUNDAMENTAL - PERÍODO INTEGRAL  
ZONA URBANA E RURAL  
FAIXA ETÁRIA (6 a 10 anos)  
JUNHO 2024

REFEIÇÃO	HORÁRIO	24/06/2024		25/06/2024		26/06/2024		27/06/2024		28/06/2024	
		Segunda-feira	Tercer-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira					
CAFÉ DA MANHÃ/ CAFÉ DA TARDE	8:00h / 14:00h (Somente para o ensino integral)	Bolacha de água e sal Leite com achocolatado	Pão de forma com manteiga Leite queimado Mexerica	Bolacha de maizena Leite com achocolatado	Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela Banana	Bolo da vovó Leite puro					
		Arroz branco Feijão de caldo Omelete de forno com abobrinha	Sopa (cenoura, repolho, lentilha, peito de frango e macarrão parafuso)	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína refogada com batata inglesa Alface picada	Arroz branco Feijão de caldo Carne bovina cozida Salada de chuchu	LANCHE FESTIVO Galinhada (coxasobrecoxa) Tutu de feijão Milho na espiga Salada de repolho, tomate e couve					
ALMOÇO	12:00h (Somente para o ensino integral)	Arroz branco Feijão de caldo Carne bovina cozida Salada de chuchu	Galinhada (coxasobrecoxa) Tutu de feijão	Arroz branco Feijão de caldo Farofa de ovos com abobrinha	Sopa (cenoura, repolho, lentilha, peito de frango e macarrão parafuso)	Arroz branco Feijão de caldo Carne bovina cozida Alface picada					
		Suco de cajiú	Mexerica			Banana					
Composição nutricional (Média Semanal)		Ensino Parcial	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD					
		Ensino Integral	1181,9 Kcal	54g (58%) 158g (55%)	16g (15%) 44g (14%)	11g (28%) 41g (31%)					

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 n° 6 de 8 de maio de 2020 a oferta de frutas para o ensino fundamental INTEGRAL é de no mínimo 4 dias da semana para o ensino fundamental PARCIAL são 2 dias da semana.

ELABORADO POR:

Natália Duarte Marcelino CRN9: 24479

Thais Cunha Reis CRN9: 24144

Nutricionista QT

REVISADO POR:

Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590

Nutricionista RT

