

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)

JUNHO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE 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					
PRINCIPAL	Manhã:09:30h Tarde:15:30h	Arroz branco Feijão de caldo Farofa de ovos Purê de cabotiá	Arroz branco Feijão de caldo Estrogonofe de frango (<i>peito</i>)	Arroz branco Feijão de caldo Came suína refogada com cenoura Salada de repolho	Arroz branco Feijão de caldo Moqueca de peixe com tomate Salada de alface e couve	Macarrão (<i>parafuso</i>) com carne bovina desfiada e abobrinha ralada Feijão de caldo					
		Suco cajú		Goiaba		Banana					
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO		PTN		LPD			
		481,4 Kcals		77g 65%		18g 15%		10g 20%			

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 cuspino parcial deve ocorrer 2 dias na 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 FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (11 a 15 anos)

JUNHO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE 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
PRINCIPAL	Manhã: 09:30h Tarde: 15:30h	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	Macarrão (<i>espaguete</i>) com frango (<i>coxão/sobrecoxa</i>) ao molho de tomate enriquecido com beterraba Feijão de caldo	Arroz branco Feijão de caldo Carne moída refogada com batata inglesa Alface picada
		Suco cajú	Mamão			Mexerica
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	
		495,1 Kcals	77g 62%	18g 16%	12g 22%	

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 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

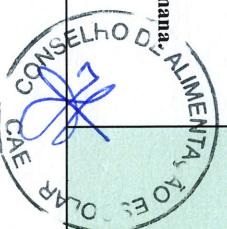
Thais Cunha Reis CRN9: 24144

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 PARCIAL
 ZONA URBANA E RURAL
 FAIXA ETÁRIA (11 a 15 anos)
 JUNHO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	17/06/2024	18/06/2024	19/06/2024	20/06/2024	21/06/2024
PRINCIPAL	Manhã: 09:30h Tarde: 15:30h	Segunda-feira Arroz branco Feijão de caldo Sufê (ovos) Salada de tomate	Terça-feira Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de frango (peito) e cabotia	Quarta-feira Arroz branco Feijão de caldo Carne suína com lentilha Salada de couve e alface	Quinta-feira Arroz branco Feijão de caldo Frango (coxa e sobrecoxa) assada com batata doce	LANCHE FESTIVO Arroz branco Feijão de caldo Quibe assado (carne moída) com tomate
		Suco de cajú		Banana		Abacaxi
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal) 499,7 Kcals	CHO 79g 65%	PTN 18g 14%	LPD 11g 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

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 PARCIAL

ZONA URBANA E RURAL

FAIXA ETÁRIA (11 a 15 anos)

JUNHO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	24/06/2024	25/06/2024	26/06/2024	27/06/2024	28/06/2024
PRINCIPAL	Manhã: 09:30h Tarde: 15:30h	Segunda-feira Arroz branco Feijão de caldo Omelete de forno com abobrinha	Terça-feira Sopa (cenoura, repolho, lentilha, peito de frango e macarrão parafuso)	Quarta-feira Arroz branco Feijão de caldo Carne suína refogada com batata inglesa Alface picada	Quinta-feira Arroz branco Feijão de caldo Carne bovina cozida Salada de chuchu	Sexta-feira LANCHE FESTIVO Galinhada (coxa/sobrecoxa) Tutu de feijão Milho na espiga Salada de repolho, tomate e conve
		Suco de cajiú		Mexerica		Banana
Composição nutricional (Média Semanal)			Energia (Kcal) 510,7 Kcals	CHO 77g 61%	PTN 18g 15%	LPD 13g 23%

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

Thais Cunha Reis CRN9: 24144

Nutricionista QT

REVISADO POR:

Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590

Nutricionista RT

