

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE
CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - BERÇÁRIO - PERÍODO INTEGRAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)

JULHO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	01/07/2024	02/07/2024	03/07/2024	04/07/2024	05/07/2024
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno
COLAÇÃO	9:00h	Fruta (mexerica)	Fruta (banana)	Fruta (goiaba)	Fruta (mexerica)	Fruta (banana)
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco amassado Feijão amassado Ovos mexidos Salada de beterraba cozida e picadinha	Arroz branco amassado Feijão amassado Coxa/sobrecoxa desfiada ao molho com cabotiá	Baião de três (arroz, lentilha e carne suína) Feijão de caldo Couve refogada e picadinha	Arroz branco amassado Feijão amassado Estrogonofe (peito) com creme de inhame Receita livro 1 pg. 14	Macarrão (pai nosso) ao molho de tomate com carne bovina desfiada e repolho ralado Feijão amassado
LANCHE	13:30h	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno
JANTAR	14:30h	Arroz branco amassado Feijão amassado Estrogonofe (peito) com creme de inhame Receita livro 1 pg. 14	Macarrão (pai nosso) ao molho de tomate com carne bovina desfiada e repolho ralado Feijão amassado	Arroz branco amassado Feijão amassado Ovos mexidos Salada de beterraba cozida e picadinha	Arroz branco amassado Feijão amassado Coxa/sobrecoxa desfiada ao molho com cabotiá	Baião de três (arroz, lentilha e carne suína) Feijão de caldo Couve refogada e picadinha
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	
		581,5 Kcals	89g	18g	16g	
		Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	
		287,3	6,6	233,3	56,3	

Orientações

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.
 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 CEIA foi inserida para atender aos alunos que ficam na escola até às 17h, não sendo necessário ofertar para os alunos que vão embora às 15h.
 * 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.
TODAS AS REFEIÇÕES DEVEM SER PRERADAS SEM SAL PARA MENORES DE 1 ANO.

ATENÇÃO AS ORIENTAÇÕES DA ENTREGA DE HORTIFRUTIS DA SEMANA DO DIA 15 A 18 DE JULHO EM ANEXO.

ELABORADO POR:
Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479
Juliana Pinheiro de Sousa CRN: 21254
Ludmilla Gonçalves de Sousa CRN: 23997
Nutricionista QT

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

CAE

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE
CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - BERÇARIO - PERÍODO INTEGRAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)

JULHO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	08/07/2024	09/07/2024	10/07/2024	11/07/2024	12/07/2024
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno
COLAÇÃO	9:00h	Fruta (goiaba)	Fruta (mexerica)	Fruta (banana)	Fruta (maça)	Fruta (banana)
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco amassado Feijão amassado Ovos cozidos e picados com abobrinha ralada	Arroz branco amassado com carne suína desfiada Tutu de feijão Tomate picadinho	Macarrão (<i>parafuso</i>) divertido (<i>carne bovina</i>) Feijão de caldo Receita livro 3 pg. 12	Arroz branco amassado Feijão amassado Carne suína refogada desfiada com cenoura ralada	LANCHE FESTIVO Caldo de frango (<i>coxa/sobrecoxa</i>) desfiado c/ mandioca
LANCHE	13:30h	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno
JANTAR	14:30h	LANCHE FESTIVO Caldo de frango (<i>coxa/sobrecoxa</i>) desfiado c/ mandioca	Macarrão (<i>parafuso</i>) divertido (<i>carne bovina</i>) Feijão de caldo Receita livro 3 pg. 12	Arroz branco amassado com carne suína desfiada Tutu de feijão Tomate picadinho	Arroz branco amassado Feijão amassado Ovos cozidos e picados com abobrinha ralada	Arroz branco amassado Feijão amassado Carne suína refogada desfiada com cenoura ralada
Composição nutricional (Média Semanal)			Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD
			532,05 Kcals	80g	18g	17g
			Cálcio (mg)	60%	15%	25%
			273,5	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)
			5,8	233,1	53,6	

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.
 * A CEIA foi inserida para atender aos alunos que ficam na escola até às 17h, não sendo necessário ofertar para os alunos que vão embora às 15h.
 * 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.
TODAS AS REFEIÇÕES DEVEM SER PRERADAS SEM SAL PARA MENORES DE 1 ANO.

ATENÇÃO AS ORIENTAÇÕES DA ENTREGA DE HORTIFRUTIS DA SEMANA DO DIA 15 A 18 DE JULHO EM ANEXO.

ELABORADO POR:
Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479
Juliana Pinheiro de Sousa CRN: 21254
Ludmilla Gonçalves de Sousa CRN: 23997
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 - BERÇÁRIO - PERÍODO INTEGRAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)

JULHO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	15/07/2024 Segunda-feira	16/07/2024 Terça-feira	17/07/2024 Quarta-feira	18/07/2024 Quinta-feira	19/07/2024 Sexta-feira
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Fórmula infantil/Leite materno	FERIADO	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	RECESSO
COLAÇÃO	9:00h	Fruta (maça)		Fruta (banana)	Fruta (mexerica)	
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco amassado com batata doce (<i>cozinhar juntos</i>) Feijão amassado Omelete de forno (<i>chuchu e tomate</i>)		Arroz branco amassado Feijão amassado Carne suína refogada e desfiada com couve picadinha	Arroz branco amassado Feijão amassado Frango desfiado (<i>coxa/sobrecoxa</i>) ao molho desfiada com batata inglesa e cabotiá picadinho e amassado	
LANCHE	13:30h	Fórmula infantil/Leite materno		Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	
JANTAR	14:30h	Arroz branco amassado Feijão amassado Carne suína refogada e desfiada com couve picadinha		Arroz branco amassado Feijão amassado Frango desfiado (<i>coxa/sobrecoxa</i>) ao molho desfiada com batata inglesa e cabotiá picadinho e amassado	Arroz branco amassado com batata doce (<i>cozinhar juntos</i>) Feijão amassado Omelete de forno (<i>chuchu e tomate</i>)	
Composição nutricional (Média Semanal)			Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD
			567,9 Kcals	80g	19g	18g
			Cálcio (mg)	60%	15%	25%
			281,4	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)
			232,1	6,1	58,2	

Orientações

Ao receber os hortifrúttis, reserve aqueles que estão no cardápio nas preparações de segunda e da terça-feira da semana seguinte.
 Os hortifrúttis 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 hortifrúttis.
 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 CEIA foi inserida para atender aos alunos que ficam na escola até às 17h, não sendo necessário ofertar para os alunos que vão embora às 15h.
 * 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.
TODAS AS REFEIÇÕES DEVEM SER PRERADAS SEM SAL PARA MENORES DE 1 ANO.
ATENÇÃO AS ORIENTAÇÕES DA ENTREGA DE HORTIFRUTIS DA SEMANA DO DIA 15 A 18 DE JULHO EM ANEXO.

ELABORADO POR:
Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479
Juliana Pinheiro de Sousa CRN: 21254
Ludmilla Gonçalves de Sousa CRN: 23997
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 - BERÇÁRIO - PERÍODO INTEGRAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)

JULHO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	22/07/2024	23/07/2024	24/07/2024	25/07/2024	26/07/2024
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
COLAÇÃO	9:00h					
ALMOÇO	10:00h					
LANCHE	13:30h					
JANTAR	14:30h					
Composição nutricional (Média Semanal)			Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD
						16g
			Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)

Orientações

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.
 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 CEIA foi inserida para atender aos alunos que ficam na escola até às 17h, não sendo necessário ofertar para os alunos que vão embora às 15h.
 * 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.
TODAS AS REFEIÇÕES DEVEM SER PRERADAS SEM SAL PARA MENORES DE 1 ANO.
ATENÇÃO AS ORIENTAÇÕES DA ENTREGA DE HORTIFRUTIS DA SEMANA DO DIA 15 A 18 DE JULHO EM ANEXO.

ELABORADO POR:
Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479
Juliana Pinheiro de Sousa CRN: 21254
Ludmilla Gonçalves de Sousa CRN: 23997
Nutricionista QT

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

