

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)

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	Biscoito de polvilho Leite com cacau	Torrada de pão de forma Suco de caju	Cookie de aveia com uva passas *Receita em anexo*	Bolo da vovó Leite saborizado com canela	Pão de forma com manteiga Leite com cacau	
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco Feijão de caldo Ovos mexidos Salada de beterraba cozida	Arroz branco Feijão de caldo Coxa/sobrecoxa ao molho com cabotiá	Baião de três (arroz, lentilha e carne suína) Feijão de caldo Couve refogada PARCIAL MANHÃ: Fruta (mamão)	Arroz branco Feijão de caldo Estrogonofe (peito de frango) com creme de inhame Receita livro 1 pg. 14	LANCHE FESTIVO Macarrão (pai nosso) ao molho de tomate com carne bovina desfiada e repolho ralado Feijão de caldo SOB: Arroz doce com uva passas PARCIAL MANHÃ: Fruta (banana)	
LANCHE	12:00h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	
LANCHE	13:30h	INTEGRAL: Fruta (mexerica)	INTEGRAL: Fruta (banana)	INTEGRAL: Fruta (goiaba)	INTEGRAL: Fruta (mexerica)	INTEGRAL: Fruta (banana)	
JANTAR	15:00h	Arroz branco Feijão de caldo Estrogonofe (peito de frango) com creme de inhame	Macarrão (pai nosso) ao molho de tomate com carne bovina desfiada e repolho ralado Feijão de caldo	Arroz branco Feijão de caldo Ovos mexidos Salada de beterraba cozida PARCIAL TARDE: Fruta (mamão)	Arroz branco Feijão de caldo Coxa/sobrecoxa ao molho com cabotiá	Baião de três (arroz, lentilha e carne suína) Feijão de caldo Couve refogada SOB: Arroz doce com uva passas PARCIAL TARDE: Fruta (banana)	
Composição nutricional (Média Semanal)			Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
				739,9 Kcal	101 g	27g	24 g
			Cálcio (mg)		55%	16%	29%
				251,6	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)
			5,3	91,6	50,8		

Orientações

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

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 - CRECHE - PERÍODO INTEGRAL E PARCIAL
 ZONA URBANA E RURAL
 FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos)

JULHO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	08/07/2024 Segunda-feira	09/07/2024 Terça-feira	10/07/2024 Quarta-feira	11/07/2024 Quinta-feira	12/07/2024 Sexta-feira
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Biscoito de polvilho Suco de caju	Pão de forma com manteiga Leite com cacau	Pão de polvilho *Receita em anexo*	Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela	Bolo de banana com passas* Leite puro
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco Feijão de caldo Ovos cozidos e picados com abobrinha	Arroz branco com carne suína Tutu de feijão Salada de tomate e couve	Macarrão (<i>parafuso</i>) divertido (<i>carne bovina</i>) Feijão de caldo Receita livro 3 pg. 12 PARCIAL MANHÃ: Fruta (mexerica)	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína com cenoura Batata doce assada	LANCHE FESTIVO Caldo de frango (<i>coxa/sobrecoxa</i>) com mandioca PARCIAL MANHÃ: Fruta (maça)
LANCHE	12:00h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	13:30h	INTEGRAL: Fruta (goiaba)	INTEGRAL: Fruta (mexerica)	INTEGRAL: Fruta (banana)	INTEGRAL: Fruta (maça)	INTEGRAL: Fruta (banana)
JANTAR	15:00h	Caldo de frango (<i>coxa/sobrecoxa</i>) com mandioca	Macarrão (<i>parafuso</i>) divertido (<i>carne bovina</i>) Feijão de caldo Receita livro 3 pg. 12	Arroz branco com carne suína Tutu de feijão Salada de tomate e couve PARCIAL TARDE: Fruta (mamão)	Arroz branco Feijão de caldo Ovos cozidos e picados com abobrinha	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína com cenoura Batata doce assada PARCIAL TARDE: Fruta (mexerica)
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		709,5 Kcals	97 g	27g	24g	
		Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	
		253,5	4,7	97,8	24,4	

Orientações

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

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 - CRECHE - PERÍODO INTEGRAL E PARCIAL
 ZONA URBANA E RURAL
 FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos)

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	Pão de forma com manteiga Leite com cacau	FERIADO	Mingau de amido de milho com cacau *Receita Livro 2 pg. 17	Torrada de pão de forma Suco de caju	RECESSO
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco com batata doce <i>(cozinhar juntos)</i> Feijão de caldo Omelete de forno <i>(chuchu e tomate)</i>		Arroz branco Feijão tropeiro <i>(Carne suína, feijão, farinha e couve)</i> Salada de repolho PARCIAL MANHÃ: Fruta (Mexerica)	Arroz branco Feijão de caldo Frango <i>(coxa/sobrecoxa)</i> ao molho com batata inglesa e cabotiá	
LANCHE	12:00h	Leite		Leite	Leite	
LANCHE	13:30h	INTEGRAL: Fruta (maça)		INTEGRAL: Fruta (banana)	INTEGRAL: Fruta (mexerica)	
JANTAR	15:00h	Arroz branco Feijão tropeiro <i>(Carne suína, feijão, farinha e couve)</i> Salada de repolho		Arroz branco Feijão de caldo Frango <i>(coxa/sobrecoxa)</i> ao molho com batata inglesa e cabotiá PARCIAL TARDE: Fruta (Mexerica)	Arroz branco com batata doce <i>(cozinhar juntos)</i> Feijão de caldo Omelete de forno <i>(chuchu e tomate)</i>	
Composição nutricional (Média Semanal)			Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			788,8 Kcals	108 g	27g	24g
				55%	15%	30%
			Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)
			260,4	5,1	96,1	25,5

Orientações

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

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 - CRECHE - PERÍODO INTEGRAL E PARCIAL
 ZONA URBANA E RURAL
 FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos)

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
ALMOÇO	10:00h					
LANCHE	12:00h					
LANCHE	13:30h					
JANTAR	15:00h					
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	

Orientações

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

CAE

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