

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 INTEGRALZONA URBANA E RURAL  
FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)

AGOSTO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	29/07/2024 Segunda-feira	30/07/2024 Terça-feira	31/07/2024 Quarta-feira	01/08/2024 Quinta-feira	02/08/2024 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 (mexericá)	Fruta (banana)	Fruta (abacaxi)	Fruta (mexericá)	Fruta (banana)	
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Ovos ao molho de tomate *Receita livro 2 pg. 6	Galinhada com legumes** amassados (coxa/sobrecoxa desfiado) Tutu de feijão amassado Refogado de couve	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Quibebe de carne suína com mandioca amassada	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Estragotofe de frango (peito de frango desfiado) Refogado de couve e tomate	Macarrão (parafuso) alho e óleo com carne bovina desfiada Feijão de caldo amassado Refogado de repolho	
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 de caldo amassado Estragotofe de frango (peito de frango desfiado) Refogado de couve e tomate	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Quibebe de carne suína com mandioca amassada	Macarrão (parafuso) alho e óleo com carne bovina desfiada Feijão de caldo amassado Refogado de repolho	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Ovos ao molho de tomate *Receita livro 2 pg. 6	Galinhada com legumes** amassados (coxa/sobrecoxa desfiado) Tutu de feijão amassado Refogado de couve	
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO		LPD	
		557,2 Kcals		88g		16g	
		Cálcio (mg)		64%		27%	
		284,3		Ferro (mg)		Vit. C (mg)	
				6,1		230,7	

## 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 fazer-las cozidas.

O acatfão e o orçêpano 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.

\*\*UTILIZE OS LEGUMES BRANQUEADOS

ELABORADO POR:

Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479

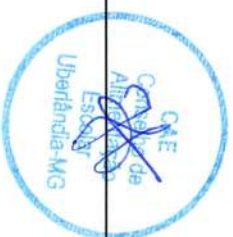
Thais Cunha Reis CRN9: 24144

Nutricionista QT

REVISADO POR:

Marília Martins Santos CRN9: 7314

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)  
AGOSTO 2024

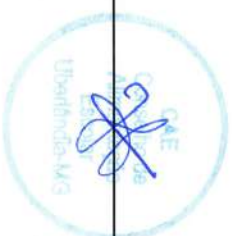
REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	05/08/2024 Segunda-feira	06/08/2024 Terça-feira	07/08/2024 Quarta-feira	08/08/2024 Quinta-feira	09/08/2024 Sexta-feira	
CAFÉ DA MANHÃ COLAÇÃO	7:30h 9:00h	Fórmula infantil/leite materno Fruta (mexerica)	Fórmula infantil/leite materno Fruta (banana)	Fórmula infantil/leite materno Fruta (laranja)	Fórmula infantil/leite materno Fruta (mamão)	Fórmula infantil/leite materno Fruta (banana)	
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Omelete de forno com cenoura e abobrinha picado	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Frango (coxa/sobrecoxa desfiada) ao molho e batata doce com açafrão amassada	Macarrão (padre nosso) divertido* com carne suína Feijão de caldo amassado *Receita livro 3 pg. 12	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Escondidinho de batata inglesa e peito de frango desfiado Refogado de repolho com tomate	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Carne de panela ref. desfiada c/ chuchu amassada Refogado de couve com repolho	
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 de caldo amassado Escondidinho de batata inglesa e peito de frango desfiado Refogado de repolho com tomate	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Carne de panela ref. desfiada c/ chuchu amassada   Refogado de couve com repolho	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Frango (coxa/sobrecoxa desfiada) ao molho e batata doce com açafrão amassada	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Omelete de forno com cenoura e abobrinha picado	Macarrão (padre nosso) divertido* com carne suína Feijão de caldo amassado *Receita livro 3 pg. 12	
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO		LPD	
		587,05 Kcals		80g 64%		17g 26%	
		Cálcio (mg)		Ferro (mg)		Vit. C (mg)	
		286,1		6,5		51,4	

## 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.  
- 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.**

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

REVISADO POR:  
Marília Martins Santos CRN9: 7314  
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 INTEGRALZONA URBANA E RURAL  
FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)

AGOSTO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	12/08/2024		13/08/2024		14/08/2024		15/08/2024		16/08/2024	
		Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Fórmula infantil/Lcite materno		Fórmula infantil/Lcite materno		Fórmula infantil/Lcite materno		Fórmula infantil/Lcite materno		Fórmula infantil/Lcite materno	
COLAÇÃO	9:00h	Fruta (mamão)		Fruta (laranja)		Fruta (banana)		Fruta (laranja)		Fruta (laranja)	
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Fritata* ( <i>batata inglesa e ovo</i> ) *Receita livro 2 pg. 4		Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Hambúrguer de lentilha* ( <i>peito de frango, lentilha e cabotê</i> ) *Receita livro 3 pg. 15		Arroz branco amassado com carne suína <i>desfiada</i> Feijão de caldo amassado Refogado de couve		FERIADO		Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Carne moída refogada com cenoura amassada	
LANCHE	13:30h	Fórmula infantil/Lcite materno		Fórmula infantil/Lcite materno		Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Fritata* ( <i>batata inglesa e ovo</i> ) *Receita livro 2 pg. 4				Fórmula infantil/Lcite materno	
JANTAR	14:30h	Arroz branco amassado com carne suína <i>desfiada</i> Feijão de caldo amassado Refogado de couve		Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Fritata* ( <i>batata inglesa e ovo</i> ) *Receita livro 2 pg. 4		Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Carne moída refogada com cenoura amassada				Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Hambúrguer de lentilha* ( <i>peito de frango, lentilha e cabotê</i> ) *Receita livro 3 pg. 15	
Composição nutricional (Média Semanal)			Energia (Kcal)		CHO		PTN		LPD		
					80g		19g		18g		
			552,8 Kcals		60%		15%		25%		
					Ferro (mg)		Retinol (mcg)		Vit. C (mg)		
			291,7		6,4		233,4		59,4		

## 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.

- A CEIA foi inscrita 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 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.

**TODAS AS REFEIÇÕES DEVEM SER PRERADAS SEM SAL PARA MENORES DE 1 ANO.**

ELABORADO POR: 

Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479

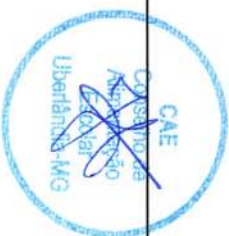
Thais Cunha Reis CRN9: 24144

Nutricionista QT

REVISADO POR:

Marília Martins Santos CRN9: 7314

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 - BEBECÁRIO - PERÍODO INTEGRAL

ZONA URBANA E RURAL

FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)

AGOSTO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	AGOSTO 2024			
		19/08/2024 Segunda-feira	20/08/2024 Terça-feira	21/08/2024 Quarta-feira	22/08/2024 Quinta-feira
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Fórmula infantil/Lcite materno	Fórmula infantil/Lcite materno	Fórmula infantil/Lcite materno	Fórmula infantil/Lcite materno
COLAÇÃO	9:00h	Fruta (banana)	Fruta (goiaba)	Fruta (mamão)	Fruta (banana)
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Farofa de ovos com abobrinha Refogado de repolho com tomate	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Frango (coxa/sobrecoxa desfiado) ao molho de cabotia, batata doce e inhame <b>*Receita livro 3 pg. 14</b>	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Carne suína desfiada com batata inglesa amassada	Macarrão (parafuso) ao molho de tomate c/ frango desfiado Feijão de caldo amassado Beterraba cozida e amassada
LANCHE	13:30h	Fórmula infantil/Lcite materno	Fórmula infantil/Lcite materno	Fórmula infantil/Lcite materno	Fórmula infantil/Lcite materno
JANTAR	14:30h	Macarrão (parafuso) ao molho de tomate c/ frango desfiado Feijão de caldo amassado Beterraba cozida e amassada	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Carne moída refogada Purê de cabotia Refogado de couve com repolho	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Frango (coxa/sobrecoxa desfiado) ao molho de cabotia, batata doce e inhame <b>*Receita livro 3 pg. 14</b>	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Farofa de ovos com abobrinha Refogado de repolho com tomate
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		PTN	
		563,3 kcal		21g	
		Cálcio (mg)		Vit. C (mg)	
		294,3		66,3	
		CHO		LPPD	
		77g		17g	
		60%		25%	
		Ferro (mg)			
		6,4			

## 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 escovas que não dispõem de fôrmo 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 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.

TODAS AS REFEIÇÕES DEVEM SER PRERADAS SEM SAL PARA MENORES DE 1 ANO.

ELABORADO POR:

Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479

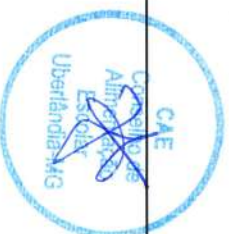
Thais Cunha Reis CRN9: 24144

Nutricionista QT

REVISADO POR:

Marília Martins Santos CRN9: 7314

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 INTEGRALZONA URBANA E RURAL  
FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)

AGOSTO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	26/08/2024 Segunda-feira	27/08/2024 Terça-feira	28/08/2024 Quarta-feira	29/08/2024 Quinta-feira	30/08/2024 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 (laranja)	Fruta (banana)	Fruta (laranja)	Fruta (abacaxi)	Fruta (banana)			
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Omelete de forno com legumes	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Salada marroquina (peito de frango desfiado, trigo e legumes amassados) *Receita livro 2 pg. 10	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Carne suína desfiada com batata doce (amassada) assados   Refogado de couve e repolho	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Frango (coxal/sobrecoxa desfiada) com molho de açafrão tomate picadinho	Sopa (macarrão padre nosso, carne bovina, abobrinha, cenoura, repolho e mandioca) Feijão de caldo amassado			
LANCHE	13:30h	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Frango (coxal/sobrecoxa desfiada) com molho de açafrão tomate picadinho	Sopa (macarrão padre nosso, carne bovina, abobrinha, cenoura, repolho e mandioca) Feijão de caldo amassado	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Salada marroquina (peito de frango desfiado, trigo e legumes amassados) *Receita livro 2 pg. 10	Fórmula infantil/Leite materno	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado			
JANTAR	14:30h	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Frango (coxal/sobrecoxa desfiada) com molho de açafrão tomate picadinho	Sopa (macarrão padre nosso, carne bovina, abobrinha, cenoura, repolho e mandioca) Feijão de caldo amassado	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Salada marroquina (peito de frango desfiado, trigo e legumes amassados) *Receita livro 2 pg. 10	Fórmula infantil/Leite materno	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Carne suína desfiada com batata doce (amassada) assados   Refogado de couve de repolho			
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO		PTN		LPD	
		562,4 Kcal		78g 60%		20g 15%		16g 25%	
		Cálcio (mg)		Ferro (mg)		Retinol (mcg)		Vit. C (mg)	
		293,3		6,4		232,2		65,04	

## 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 escolhas 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.

ELABORADO POR:

Natália Duarte Marcelino CRN9: 24479

Thais Cunha Reis CRN9: 24144

Nutricionista QT

REVISADO POR:

Marília Martins Santos CRN9: 7314

Nutricionista RT

