

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 PARCIALZONA URBANA E RURAL  
FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos)

AGOSTO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	29/07/2024	30/07/2024	31/07/2024	01/08/2024	02/08/2024
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Segunda-feira Biscoito de polvilho Leite com cacau	Tercça-feira Pão de forma com manteiga Leite com cacau	Quarta-feira Mingau de amido de milho com cacau * Receita Livro 2 pg. 17	Quinta-feira Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela	Sexta-feira Bolo da vovó (receita enviada) Leite puro
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco Feijão de caldo Ovos ao molho de tomate * Receita livro 2 pg. 6	Galinhada com legumes** (coxa/sobrecoxa) Tutu de feijão Salada de couve	Arroz branco Feijão de caldo Quibebe de carne suína com mandioca PARCIAL MANHÃ: Fruta (abacaxi)	Arroz branco Feijão de caldo Estragote de frango (peito) Salada de couve com tomate	Macarrão (parafuso) ao alho e óleo com carne bovina desfiada Feijão de caldo Tutu de feijão Salada de repolho PARCIAL MANHÃ: Fruta (banana)
LANCHE	12:00h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	13:30h	INTEGRAL: Fruta (mexerica)	INTEGRAL: Fruta (banana)	INTEGRAL: Fruta (abacaxi)	INTEGRAL: Fruta (mexerica)	INTEGRAL: Fruta (banana)
JANTAR	15:00h	Arroz branco Feijão de caldo Estragote de frango (peito) Salada de couve com tomate	Arroz branco Feijão de caldo Quibebe de carne suína com mandioca	Macarrão (parafuso) ao alho e óleo com carne bovina desfiada Feijão de caldo Salada de repolho PARCIAL TARDE: Fruta (abacaxi)	Arroz branco Feijão de caldo Ovos ao molho de tomate * Receita livro 2 pg. 6	Galinhada com legumes** (coxa/sobrecoxa) Tutu de feijão Salada de couve PARCIAL TARDE: Fruta (banana)
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (kcal)		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		732,7 Kcals		106 g	27g	23g
		Cálcio (mg)		58%	14%	28%
		288,1		Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)
				5,04	101,2	55,7

## Orientações

Ao receber os hortifrutis, reserve aqueles que estão no cardápio nas preparações de segunda-feira 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 faze-las cozidas.

O açúcar e o óleo podem ser utilizados 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.**

**\*\*UTILIZE OS LEGUMES BRANQUEADOS**

ELABORADO POR:

Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479

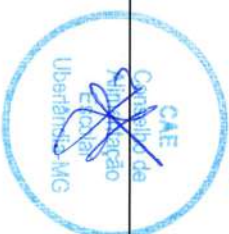
Thais Cunha Reis CRN9: 24144

Nutricionista QT

REVISADO POR:

Marília Martins Santos CRN9: 7314

Nutricionista RT



## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO- 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)

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	7:30h	Biscoito de polvilho Suco de caju	Pão de forma com manteiga Leite com cacau	Pão de polvilho Leite com cacau <b>*Receita em anexo*</b>	Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela	Bolo de cacau com passas* Leite puro <b>*Receita Livro 2, pg. 14</b>
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco Feijão de caldo Omelete de forno com cenoura e abobrinha	Arroz branco Feijão de caldo Frango ( <i>coxa/sobrecoxa</i> ) ao molho e batata doce com açafrão	Macarrão ( <i>padre nasso</i> ) divertido* com carne suína Feijão de caldo <b>*Receita livro 3 pg. 12</b> PARCIAL MANHÃ: Fruta (laranja)	Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de batata inglesa e peito de frango desfiado Salada de repolho com tomate	Arroz branco Feijão de caldo Carne de panela refogada com chuchu Salada de couve com repolho PARCIAL MANHÃ: Fruta (banana)
LANCHE	12:00h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	13:30h	INTEGRAL: Fruta (mexerica)	INTEGRAL: Fruta (banana)	INTEGRAL: Fruta (laranja)	INTEGRAL: Fruta (mamão)	INTEGRAL: Fruta (banana)
JANTAR	15:00h	Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de batata inglesa e peito de frango desfiado Salada de repolho com tomate	Arroz branco Feijão de caldo Carne de panela refogada com chuchu Salada de couve com repolho	Arroz branco Feijão de caldo Frango ( <i>coxa/sob.</i> ) ao molho com batata doce com açafrão PARCIAL TARDE: Fruta (laranja)	Arroz branco Feijão de caldo Omelete de forno com cenoura e abobrinha	Macarrão ( <i>padre nasso</i> ) divertido* com carne suína Feijão de caldo <b>*Receita livro 3 pg. 12</b> PARCIAL TARDE: Fruta (banana)
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		721,4 Kcals		105 g	25g	22g
		Cálcio (mg)		Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)
		293,01		5,1	105,2	53,7

## Orientações

Ao receber os hortifrutis, reserve aqueles que estão no cardápio nas preparações de segunda-feira 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 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 17hs 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.**

ELABORADO POR:

Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479

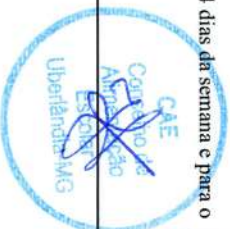
Thais Cunha Reis CRN9: 24144

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 - CRECHE - PERÍODO INTEGRAL E PARCIAL  
ZONA URBANA E RURAL  
FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos)  
AGOSTO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	12/08/2024 Segunda-feira	13/08/2024 Terça-feira	14/08/2024 Quarta-feira	15/08/2024 Quinta-feira	16/08/2024 Sexta-feira			
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Biscoito de polvilho Leite com cacau	Pão de forma com manteiga Leite com cacau	Panqueca de banana* (Receita livro 1 pg. 16) Leite puro		Bolo da vovó   (receita enviada) Leite puro			
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco Feijão de caldo Fritata* (batata inglesa e ovo) *Receita livro 2 pg. 04	Arroz branco Feijão de caldo Hambúguer de lentilha* (peito de frango, lentilha e cabotia) *Receita livro 3 pg. 15	Arroz branco com carne suína Feijão de caldo Salada de couve PARCIAL MANHÃ: Fruta (banana)	FERIADO	Arroz branco Feijão de caldo Carne moída refogada com cenoura PARCIAL MANHÃ: Fruta (laranja)			
LANCHE	12:00h	Leite	Leite	Leite		Leite			
LANCHE	13:30h	INTEGRAL: Fruta (mamão)	INTEGRAL: Fruta (laranja)	INTEGRAL: Fruta (banana)		INTEGRAL: Fruta (laranja)			
JANTAR	15:00h	Arroz branco com carne suína Feijão de caldo Salada de couve	Arroz branco Feijão de caldo Fritata* (batata inglesa e ovo) *Receita livro 2 pg. 04	Arroz branco Feijão de caldo Carne moída refogada com cenoura PARCIAL TARDE: Fruta (banana)		Arroz branco Feijão de caldo Hambúguer de lentilha* (peito de frango, lentilha e cabotia) *Receita livro 3 pg. 15 PARCIAL TARDE: Fruta (laranja)			
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO (g)		PTN (g)			
				716,4 Kcals		105 g		27g	
				Cálcio (mg)		59%		15%	
				294,8		Ferro (mg)		Retinol (mcg)	
				5,3		104,1		46,5	

**Orientações**

Ao receber os hortifrutis, reserve aqueles que estão no cardápio nas preparações de segunda-feira 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 açúcar e o óleo 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 17hs 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.**



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 - CRECHE - PERÍODO INTEGRAL E PARCIAL  
ZONA URBANA E RURAL  
FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos)  
AGOSTO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	19/08/2024	20/08/2024	21/08/2024	22/08/2024	23/08/2024	
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Segunda-feira Biscoito de polvilho Leite com cacau	Terça-feira Pão de forma com manteiga Leite com cacau	Quarta-feira Cookie de aveia com uva passas Leite puro *Receita em anexo*	Quinta-feira Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela	Sexta-feira Mingau de amido de milho com cacau *Receita Livro 2 pg. 17	
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco Feijão de caldo Farofa de ovos com abobrinha Salada de repolho com tomate	Arroz branco Feijão de caldo Frango (coxal/sobrecoxal) ao molho de cabotiá, batata doce e inhame *Receita livro 3 pg. 14	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína com batata inglesa refogadas Salada de repolho e tomate PARCIAL. MANHÃ: Fruta (mamão)	Macarrão (parafuso) ao molho de tomate c/ frango desfiado Feijão de caldo Beterraba cozida	Arroz branco Feijão de caldo Carne moída Purê de cabotiá Salada de couve com repolho PARCIAL. MANHÃ: Fruta (laranja)	
LANCHE	12:00h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	
LANCHE	13:30h	INTEGRAL: Fruta (banana)	INTEGRAL: Fruta (goiaba)	INTEGRAL: Fruta (mamão)	INTEGRAL: Fruta (banana)	INTEGRAL: Fruta (laranja)	
JANTAR	15:00h	Macarrão (parafuso) ao molho de tomate c/ frango desfiado Feijão de caldo Beterraba cozida	Arroz branco Feijão de caldo Carne moída Purê de cabotiá Salada de couve com repolho	Arroz branco Feijão de caldo Frango (coxal/sobrecoxal) ao molho de cabotiá, batata doce e inhame *Receita livro 3 pg. 14 PARCIAL TARDE: Fruta (mamão)	Arroz branco Feijão de caldo Farofa de ovos com abobrinha Salada de repolho com tomate	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína com batata inglesa refogadas Salada de repolho e tomate PARCIAL. TARDE: Fruta (laranja)	
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO (g)		PTN (g)	
		751,1 kcal		110g		28g	
		Cálcio (mg)		58%		16%	
		298,6		Ferro (mg)		Retinol (mcg)	
				5,3		101,1	
						Vit. C (mg)	
						74,6	

## Orientações

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

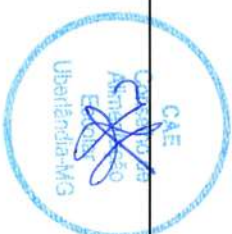
- Para os alunos do integral que vão embora às 17hs pode ser oferta uma ceia às 16:30.

- 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.**

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

REVISADO POR:  
Marília Mariins 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 - CRECHE - PERÍODO INTEGRAL E PARCIAL  
ZONA URBANA E RURAL  
FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos)

AGOSTO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	26/08/2024	27/08/2024	28/08/2024	29/08/2024	30/08/2024			
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Segunda-feira Biscoito de polvilho Leite com cacau	Terça-feira Pão de forma com manteiga Leite saborizado com carneia	Quarta-feira Biscotinho de maizena Leite com cacau *Receita em anexo*	Quinta-feira Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela	Sexta-feira Bolo da vovó [receita enviada] Leite puro			
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco Feijão de caldo Omelete de forno com legumes	Arroz branco Feijão de caldo Salada marroquina ( <i>peito de frango, trigo e legumes</i> ) *Receita livro 2 pg. 10	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína com batata doce assados   Salada de couve e repolho PARCIAL MANHÃ: Fruta (laranja)	Arroz branco Feijão de caldo Frango ( <i>coxão/sobrecoxão</i> ) ao molho de açafrão Salada de tomate	Sopa ( <i>macarrão padre nosso, carne bovina, abobrinha, cenoura, repolho e mandioca</i> ) Feijão de caldo PARCIAL MANHÃ: Fruta (banana)			
LANCHE	12:00h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite			
LANCHE	13:30h	INTEGRAL: Fruta (laranja)	INTEGRAL: Fruta (banana)	INTEGRAL: Fruta (laranja)	INTEGRAL: Fruta (abacaxi)	INTEGRAL: Fruta (banana)			
JANTAR	15:00h	Arroz branco Feijão de caldo Frango ( <i>coxão/sobrecoxão</i> ) ao molho de açafrão Salada de tomate	Sopa ( <i>macarrão padre nosso, carne bovina, abobrinha, cenoura, repolho e mandioca</i> ) Feijão de caldo	Arroz branco Feijão de caldo Salada marroquina ( <i>peito de frango, trigo e legumes</i> ) *Receita livro 2 pg. 10 PARCIAL TARDE: Fruta (laranja)	Arroz branco Feijão de caldo Omelete de forno com legumes	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína com batata doce assados   Salada de couve e repolho PARCIAL TARDE: Fruta (banana)			
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO (g)		PTN (g)		LPD (g)	
		731,5 kcal		108g		28g		21g	
		Cálcio (mg)		Ferro (mg)		Retinol (mcg)		Vit. C (mg)	
		296,4		5,1		97,5		64,5	

## Orientações

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



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

REVISADO POR:  
Marília Martins Santos CRN9: 7314  
Nutricionista RT