

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE

CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - PERÍODO INTEGRAL

ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (4 e 5 anos)

AGOSTO 2024

REFEIÇÃO	HORÁRIO	29/07/2024		30/07/2024		31/07/2024		01/08/2024		02/08/2024	
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira					
CAFÉ DA MANHÃ	9:00h	Biscoito de polvilho Leite com cacau	Pão de forma com manteiga Leite queimado	Mingau de amido de milho com cacau *Receita Livro 2 pg. 17	Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela	Bolo da vovó (receita enviada) Leite com cacau					
ALMOÇO	11:00h	Arroz branco Feijão de caldo Ovos ao molho de tomate *Receita livro 2 pg. 6	Galinhada com legumes** (<i>coxá/sobrecoxa</i>) Tutu de feijão Salada de couve	Arroz branco Feijão de caldo Quibebe de carne suína com mandioca	Arroz branco Feijão de caldo Estragonofe de frango (<i>peito</i>) Salada de couve com tomate	Macarrão (<i>parafuso</i>) ao alho e óleo com carne bovina desfiada Feijão de caldo Salada de repolho					
JANTAR	14:40h	Arroz branco Feijão de caldo Estragonofe de frango (<i>peito</i>) Salada de couve com tomate	Macarrão (<i>parafuso</i>) ao alho e óleo com carne bovina desfiada Feijão de caldo Salada de repolho	Galinhada com legumes** (<i>coxá/sobrecoxa</i>) Tutu de feijão Salada de couve	Arroz branco Feijão de caldo Ovos ao molho de tomate *Receita livro 2 pg. 6	Arroz branco Feijão de caldo Quibebe de carne suína com mandioca					
LANCHE	16:30h	Vitamina	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta				
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO	PTN	LPD					
		945,25 kcal		136g	32g	23g					
				62%	15%	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 agafitão e o orégano podem ser utilizado nas preparações, mesmo que não esteja indicado no cardápio.

De acordo com a resolução nº 6 de maio de 2020 a oferta de frutas para o ensino infantil integral é de no mínimo 4 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

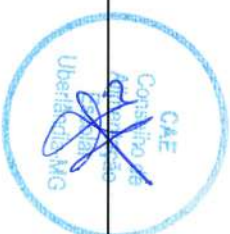
Thais Cunha Reis CRN9: 24144

Nutricionista QT

REVISADO POR:

Marília Martins Santos CRN9: 7314

Nutricionista RT



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE
CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - PERÍODO INTEGRAL
 ZONA URBANA E RURAL
 FAIXA ETÁRIA (4 e 5 anos)
 AGOSTO 2024

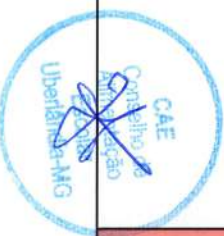
REFEIÇÃO	HORÁRIO	05/08/2024	06/08/2024	07/08/2024	08/08/2024	09/08/2024
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
CAFÉ DA MANHÃ	9:00h	Biscoito de polvilho Suco de caju	Pão de forma com manteiga Leite com cacau	Pão de polvilho Leite queimado *Receita em anexo*	Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela	Bolo de cacau com passas* Leite puro *Receita Livro 2 pg. 14
ALMOÇO	11:00h	Arroz branco Feijão de caldo Omelete de forno com cenoura e abobrinha	Arroz branco Feijão de caldo Frango (coxal/sobrecoxal) ao molho com batata doce com açafrão	Macarrão (padre nosso) divertido* com carne suína Feijão de caldo *Receita livro 3 pg. 12	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
JANTAR	14:40h	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 (coxal/sobrecoxal) ao molho com batata doce com açafrão	Arroz branco Feijão de caldo Omelete de forno com cenoura e abobrinha	Macarrão (padre nosso) divertido* com carne suína Feijão de caldo *Receita livro 3 pg. 12
LANCHE	16:30h	Vitamina		Fruta	Fruta	Fruta
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO	PTN	LPD
		1024,4 kcal		150g 62%	35g 14%	27g 24%

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 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.
*** De acordo com a resolução nº 6 de maio de 2020 a oferta de frutas para o ensino infantil integral é de no mínimo 4 dias da 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:
 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 - PERÍODO INTEGRAL

ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (4 e 5 anos)

AGOSTO 2024

REFEIÇÃO	HORÁRIO	12/08/2024		13/08/2024		14/08/2024		15/08/2024		16/08/2024	
		Segunda-feira	Tercça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira					
CAFÉ DA MANHÃ	9:00h	Biscoito de polvilho Leite com cacau	Pão de forma com manteiga Leite queimado	Panqueca de banana* (Receita livro 1 pg. 16) Leite com cacau							
ALMOÇO	11:00h	Arroz branco Feijão de caldo Fritata* (batata inglesa e ovo) *Receita livro 2 pg. 04	Arroz branco Feijão de caldo Hambúrguer de lentilha* (peito de frango, lentilha e cabotia) *Receita livro 3 pg. 15	Arroz branco com carne suína Feijão de caldo Salada de couve							
JANTAR	14:40h	Arroz branco com carne suína Feijão de caldo Salada de couve	Fritata* (batata inglesa e ovo) *Receita livro 2 pg. 04	Arroz branco Feijão de caldo Carne moída refogada com cenoura							
LANCHE	16:30h	Vitamina	Fruta	Fruta							
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO		PTN		LPD			
		961,05 kcal		149g		36g		23g			
		62%		17%		21%					

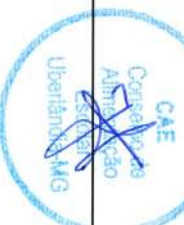
Orientações

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 agafão 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 infantil integral é de no mínimo 4 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 - PERÍODO INTEGRAL

ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (4 e 5 anos)

AGOSTO 2024

REFEIÇÃO	HORÁRIO	19/08/2024	20/08/2024	21/08/2024	22/08/2024	23/08/2024
		Segunda-feira	Terceira-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
CAFÉ DA MANHÃ	9:00h	Biscoito de polvilho Suco de caju	Pão de forma com manteiga Leite com cacau	Cookie de aveia com uva passas Leite puro *Receita em anexo*	Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela	Mingau de amido de milho com cacau *Receita Livro 2 pg. 17
ALMOÇO	11:00h	Arroz branco Feijão de caldo Farofa de ovos com abobrinha Salada de repolho com tomate	Arroz branco Feijão de caldo Frango (coxal/sobrecoxa) ao molho de cabotia, 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	Macarrão (parafuso) ao molho de tomate c/ frango desfiado Feijão de caldo Beterraba cozida	Arroz branco Feijão de caldo Salada de couve com repolho
JANTAR	14:40h	Macarrão (parafuso) ao molho de tomate c/ frango desfiado Feijão de caldo Beterraba cozida	Arroz branco Feijão de caldo Carne moída Purê de cabotia Salada de couve com repolho	Arroz branco Feijão de caldo Frango (coxal/sobrecoxa) ao molho de cabotia, batata doce e inhame *Receita livro 3 pg. 14	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
LANCHE	16:30h	Vitamina	Fruita	Fruita	Fruita	Fruita
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO	PTN	LPD
		977,16 kcal		149g 61%	36g 16%	25g 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 infantil integral é de no mínimo 4 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 - PERÍODO INTEGRAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (4 e 5 anos)
AGOSTO 2024

REFEIÇÃO	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	9:00h	Biscoito de polvilho Leite com cacau	Pão de forma com manteiga Leite com cacau	Biscotinho de maizena Leite puro *Receita em anexo*	Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela	Bolo da vovó (receita enviada) Leite puro
ALMOÇO	11:00h	Arroz branco Feijão de caldo Omelete de forno com legumes	Arroz branco Feijão de caldo Salada marroquina (peito de frango, trigo e legumes) *Receita livro 2 pg. 10	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína com batata doce assadas Salada de couve e repolho	Arroz branco Feijão de caldo Frango (coxão/sobrecoxa) ao molho com inhame e açafrão Salada de tomate	Sopa (macarrão padre nosso, carne bovina, abobrinha, cenoura, repolho e mandioca) Feijão de caldo
JANTAR	14:40h	Arroz branco Feijão de caldo Frango (coxão/sobrecoxa) ao molho com inhame e açafrão Salada de tomate	Sopa (macarrão padre nosso, carne bovina, abobrinha, cenoura, repolho e mandioca) Feijão de caldo	Arroz branco Feijão de caldo Salada marroquina (peito de frango, trigo e legumes) *Receita livro 2 pg. 10	Arroz branco Feijão de caldo Omelete de forno com legumes	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína com batata doce assadas Salada de couve e repolho
LANCHE	16:30h	Vitamina	Fruita	Fruita	Fruita	Fruita
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO	PTN	LPD
		996,37 kcal		150g 61%	39g 16%	26g 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 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.

* 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.

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

