

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)

SETEMBRO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	02/09/2024	03/09/2024	04/09/2024	05/09/2024	06/09/2024
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Biscoito de polvilho Leite com cacau	Pão de forma com manteiga Leite com cacau	Mingau de amido com cacau* *Receita Livro 2 pg. 17	Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela	Bolo da vovó Leite puro
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco Feijão de caldo Omelete de forno com abobrinha e cenoura	Arroz branco Feijão de caldo Estrogonofe de frango (peito)	Baião de três (arroz, feijão, carne suína) Salada de repolho e couve PARCIAL: Mamão	Arroz branco Feijão de caldo Frango ao molho (coxa/sobrecoxa) Purê cabotia	Macarrão divertido* (macarrão parafuso, tomate e beterraba) com carne bovina desfiada PARCIAL: Banana *Receita livro 3, pg 12
LANCHE	12:00h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE	13:30h	INTEGRAL: Banana	INTEGRAL: Laranja	INTEGRAL: Banana	INTEGRAL: Mamão	INTEGRAL: Banana
JANTAR	15:00h	Arroz branco Feijão de caldo Frango ao molho (coxa/sobrecoxa) Purê cabotia	Macarrão divertido* (macarrão parafuso, tomate e beterraba) com carne bovina desfiada *Receita livro 3, pg 12	Arroz branco Feijão de caldo Omelete de forno com abobrinha e cenoura PARCIAL: Mamão	Arroz branco Feijão de caldo Estrogonofe de frango (peito)	Baião de três (arroz, feijão, carne suína) Salada de repolho e couve PARCIAL: Banana
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal) 717,34 Kcal	CHD 101g 56%	PTN 28g 19%	LPD 22g 27%	Vit. C (mg) 42,26
		Cálcio (mg) 273,73	Ferro (mg) 4,79	Retinol (mcg) 98,82		

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 agridão 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.

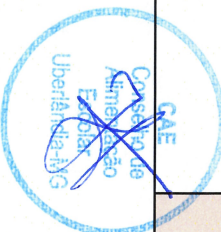
- De acordo com a resolução n° 6 de 8 de maio de 2020 a oferta de frutas para o ensino infantil INTEGRAL é de no mínimo 4 dias da semana e para o ensino infantil PARCIAL são 2 dias da semana.

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DOS ALIMENTOS.

ELABORADO POR:

Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590

Marília Martins Santos CRN9: 7314



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)

SETEMBRO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	09/09/2024 Segunda-feira	10/09/2024 Terça-feira	11/09/2024 Quarta-feira	12/09/2024 Quinta-feira	13/09/2024 Sexta-feira			
CARÉ DA MANHÃ	7:30h	Biscoito de polvilho Suco de caju	Pão de forma com manteiga Leite com cacau	Pão de polvilho* Leite com cacau *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	10:00h	Arroz branco Feijão de caldo Purê de batata *Receita livro 2, pg 6	Macarrão (<i>padre nosso</i>) com frango desfiado (<i>peito</i>) ao molho de tomate (<i>extrato</i>) Feijão de caldo	Arroz branco Feijão tropeiro* (<i>feijão, carne suína, farinha de mandioca</i>) Salada de repolho e couve *Receita livro 1, pg 12	Galinhada (<i>coxa/sobrecoxa</i>) Tutu de feijão Salada de repolho com tomate	Arroz branco Feijão de caldo Carne moída com abobrinha e batata doce *Receita Livro 2 pg. 14			
LANCHE	12:00h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite			
LANCHE	13:30h	INTEGRAL: Laranja	INTEGRAL: Banana	INTEGRAL: Goiaba	INTEGRAL: Laranja	INTEGRAL: Banana			
JANTAR	15:00h	Galinhada (<i>coxa/sobrecoxa</i>) Tutu de feijão Salada de repolho com tomate	Arroz branco Feijão de caldo Carne moída com abobrinha e batata doce	Arroz branco Feijão de caldo Ovos ao molho de tomate(<i>extrato</i>) * Purê de batata PARCIAL: Goiaba *Receita livro 2, pg 6	Macarrão (<i>padre nosso</i>) com frango desfiado (<i>peito</i>) ao molho de tomate (<i>extrato</i>) Feijão de caldo	Feijão tropeiro* (<i>feijão, carne suína, farinha de mandioca</i>) Salada de repolho e couve PARCIAL: Banana *Receita livro 1, pg 12			
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (kcal)	754,52 Kcal	CHO	109g	PTN	29g	LPD	21g
		Cálcio (mg)	284,8	Ferro (mg)	5,46	Retinol (mcg)	100,68	Vit. C (mg)	44,35

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 ofertada 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:

Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590
Marília Martins Santos CRN9: 7314

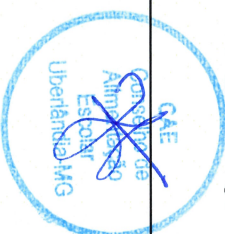


SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE
CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - PERÍODO INTEGRAL E PARCIAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos)

SETEMBRO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	16/09/2024	17/09/2024	18/09/2024	19/09/2024	20/09/2024			
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Segunda-feira Biscoito de polvilho Leite com cacau	Terceira-feira Pão de forma com manteiga Leite com cacau	Quarta-feira Cookie de aveia e uva passas* Leite puro *Receita em anexo*	Quinta-feira Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela	Sexta-feira Mingau de amido com cacau* *Receita Livro 2 pg. 17			
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco Feijão de caldo Ovos mexidos com cenoura	Arroz branco Feijão de caldo Supremo de frango com creme de inhame* (coxa/sobrecoxa) *Receita livro 3, pg 11	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína assada com batata inglesa Salada de repolho com tomate PARCIAL: Laranja	Macarrão (parafuso) ao alho e óleo Feijão de caldo Picadinho de frango (peito) com açafrão Salada de couve com repolho	Arroz branco Feijão de caldo Quibe de abóbora cabotia com carne moída* PARCIAL: Banana *Receita livro 1, pg 5			
LANCHE	12:00h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite			
LANCHE	13:30h	INTEGRAL: Laranja	INTEGRAL: Banana	INTEGRAL: Mamão	INTEGRAL: Banana	INTEGRAL: Laranja			
JANTAR	15:00h	Macarrão (parafuso) ao alho e óleo Feijão de caldo Picadinho de frango (peito) com açafrão Salada de couve com repolho	Arroz branco Feijão de caldo Quibe de abóbora cabotia com carne moída* *Receita livro 1, pg 5	Arroz branco Feijão de caldo Ovos mexidos com cenoura PARCIAL: Laranja	Arroz branco Feijão de caldo Supremo de frango com creme de inhame* (coxa/sobrecoxa) *Receita livro 3, pg 11	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína assada com batata inglesa Salada de repolho com tomate PARCIAL: Banana			
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (kcal)		CHO		PTN		LPD	
		755,89 Kcal		108g		31g		22g	
		Cálcio (mg)		57%		19%		26%	
		285,09		Ferro (mg)		Retinol (mcg)		Vit. C (mg)	
				5,42		98,65		44,46	
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 entegras, 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 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 e para o ensino infantil PARCIAL são 2 dias da semana.									
CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DOS ALIMENTOS.									

ELABORADO POR:

Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590
Marília Martins Santos CRN9: 7314

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PM/AE
CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - CRECHE - PERÍODO INTEGRAL E PARCIAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos)

SETEMBRO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	23/09/2024	24/09/2024	25/09/2024	26/09/2024	27/09/2024	
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Segunda-feira Biscoito de polvilho Leite com cacau	Terça-feira Pão de forma com manteiga Leite saborizado com canela	Quarta-feira Biscoito de maizena* Leite com cacau *Receita em anexo*	Quinta-feira Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela	Sexta-feira Bolo da vovó Leite puro	
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco Feijão de caldo Omelete Beterraba cozida	Macarrão (<i>padre nosso</i>) ao molho de tomate (<i>extrato</i>) e pernil em cubos	Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de frango (<i>peito</i>) com mandioca Salada de couve com repolho PARCIAL: Abacaxi	Arroz crutivô (<i>arroz, carne, lentilha e cenoura</i>) * Feijão de caldo *Receita livro 3, pg 10	Arroz branco Feijão de caldo Frango assado (<i>coxão/sobrecoxa</i>) com batata doce Salada de repolho com tomate PARCIAL: Banana	
LANCHE	12:00h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	
LANCHE	13:30h	INTEGRAL: Laranja	INTEGRAL: Banana	INTEGRAL: Abacaxi	INTEGRAL: Laranja	INTEGRAL: Banana	
JANTAR	15:00h	Arroz crutivô (<i>arroz, carne, lentilha e cenoura</i>) * Feijão de caldo *Receita livro 3, pg 10	Arroz branco Feijão de caldo Frango assado (<i>coxão/sobrecoxa</i>) com batata doce Salada de repolho com tomate	Arroz branco Feijão de caldo Omelete Beterraba cozida PARCIAL: Abacaxi	Macarrão (<i>padre nosso</i>) ao molho de tomate (<i>extrato</i>) e pernil em cubos	Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de frango (<i>peito</i>) com mandioca Salada de couve com repolho PARCIAL: Banana	
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (kcal)		CHO		PTN	
		748,39 Kcal		110g		29g	
		Cálcio (mg)		59%		18%	
		287,69		5,27		Retinol (mcg)	
						101,81	
						Vit. C (mg)	
						47,79	
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 escolhas que não dispõem de fórmulas para 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 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 oferecida 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:

Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590
Marília Martins Santos CRN9: 7314


CAE

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

RUA JOSÉ GOMES DE OLIVEIRA, 1500

LAVINIA, UBERLÂNDIA - MG

13090-000

UBERLÂNDIA - MG

