

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE**  
**CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL**

**ZONA URBANA E RURAL**  
**FAIXA ETÁRIA (11 a 15 anos)**

**SETEMBRO 2024**

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	02/09/2024		03/09/2024		04/09/2024		05/09/2024		06/09/2024	
		Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
PRINCIPAL	Manhã:09:30h Tarde:15:30h	Arroz branco Feijão de caldo Omelete de forno com abobrinha e cenoura		Arroz branco Feijão de caldo Estrogonofe de Frango ( <i>peito</i> )		Baião de três ( <i>arroz, feijão, carne suína</i> ) Salada de alface, repolho e couve		Arroz branco Feijão de caldo Frango ao molho ( <i>coxa/sobrecoxa</i> ) Purê cabotia		Macarrão divertido* ( <i>macarrão parafuso, tomate e beterraba</i> ) com carne bovina desfiada *Receita livro 3, pg 12	
		Laranja		Suco de caju		Banana				Laranja	
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO		PTN		LPPD			
		455,04 Kcal		70g 62%		17g 15%		11g 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.

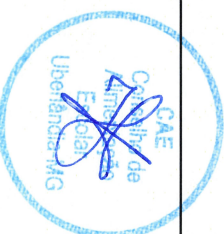
As escolas que não dispõem de forno para as preparações devem adaptar para fazê-las cozidas.

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 parcial deve ocorrer 2 dias na semana.**

**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 FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL  
ZONA URBANA E RURAL  
FAIXA ETÁRIA (11 a 15 anos)  
SETEMBRO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	09/09/2024	10/09/2024	11/09/2024	12/09/2024	13/09/2024	
PRINCIPAL	Manhã: 09:30h Tarde: 15:30h	Arroz branco Feijão de caldo Ovos ao molho de tomate( <i>extrato</i> ) * Purê de batata * <i>Receita livro 2, pg 6</i>	Macarrão ( <i>espagete</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 alface e couve * <i>Receita livro 1, pg 12</i>	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	
		Suco de cajiú	Laranja	Banana			
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	482,11 Kcal				
		CHO	76g	63%	PTN	18g	LPD

**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 utilizados 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 parcial deve ocorrer 2 dias na semana.

**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 FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL  
ZONA URBANA E RURAL  
FAIXA ETÁRIA (11 a 15 anos)  
SETEMBRO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	16/09/2024	17/09/2024	18/09/2024	19/09/2024	20/09/2024			
PRINCIPAL	Manhã:09:30h Tarde:15:30h	Segunda-feira Arroz branco Feijão de caldo Ovos mexidos com cenoura	Terça-feira Arroz branco Feijão de caldo Supremo de frango com creme de inhame* (coxa/sobrecoxa) *Receita livro 3, pg 11	Quarta-feira Arroz branco Feijão de caldo Carne suína assada com batata inglesa Salada de alface com tomate	Quinta-feira Macarrão (espaguete) ao alho e óleo Feijão de caldo Picadinho de frango (peito) com açafrão Salada de couve com repolho	Sexta-feira Arroz branco Feijão de caldo Quibe de abóbora cabotia com carne moída* *Receita livro 1, pg 5			
		Goiaba	Banana	Laranja					
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	4492,52 Kcal	CHO	75g	PTN	19g	LPD	13g
					61%		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 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 parcial deve ocorrer 2 dias na semana.									

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 FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL  
ZONA URBANA E RURAL  
FAIXA ETÁRIA (11 a 15 anos)  
SETEMBRO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	23/09/2024	24/09/2024	25/09/2024	26/09/2024	27/09/2024
PRINCIPAL	Manhã:09:30h Tarde:15:30h	Arroz branco Feijão de caldo Omelete Beterraba cozida Suco de caixa	Macarrão ( <i>parafuso</i> ) ao molho de tomate ( <i>extrato</i> ) Pernil ao molho agriãoce* *Receita livro 3, pg 20 Abacaxi	Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de frango com mandioca Salada de alface com repolho	Arroz criativo ( <i>arroz, carne, lentilha e cenoura</i> ) * Feijão de caldo *Receita livro 3, pg 10 Banana	Arroz branco Feijão de caldo Tilápia assada com tomate e batata doce Farofa de couve com repolho
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO	PTN	LPPD
		465,84 Kcal		75g 64%	16g 14%	11g 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 açafrão e o orégano podem ser utilizados nas preparações, mesmo que não esteja indicado no cardápio.						
De acordo com a resolução n° 6 de maio de 2020 a oferta de frutas para o ensino parcial deve ocorrer 2 dias na semana.						

CAE

Comissão de  
Alimentação  
Escolar  
Uberlândia-MG

ELABORADO POR:

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