

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 (6 a 10 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>coxão 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 cajú		Banana		Laranja			
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		384,2 Kcals		CHO		53g		59%	
		PTN		14g		LPD		11g		26%	
<p align="center">Orientações:</p> <p>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.</p> <p>De acordo com a resolução nº 6 de maio de 2020 a oferta de frutas para o ensino parcial deve ocorrer 2 dias na semana.</p>											

ELABORADO POR:

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

Geise de Castro Fonseca



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 (6 a 10 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>espaguete</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>coxão/sobrecoxão</i>) Tutu de feijão Salada de repolho com tomate	Arroz branco Feijão de caldo Carne moída com abobrinha e batata doce
		Suco de caqui	Laranja	Banana		
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO	PTN	LPD
		376,8 Kcals		55g	14g	11g
				59%	14%	27%

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 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

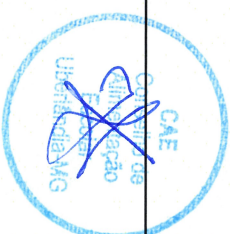
Marília Martins Santos CRN9: 7314



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 (6 a 10 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	Arroz branco Feijão de caldo Ovos mexidos com cenoura	Arroz branco Feijão de caldo Supremo de frango com creme de inhame* (coxão/sobrecoxa)	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína assada com batata inglesa Salada de alface com tomate	Macarrão (espaguete) ao alho e óleo Feijão de caldo Picadinho de frango com açafrão Salada de couve com repolho	Arroz branco Feijão de caldo Quibe de abóbora cabotia com carne moída*
		Goiaba		Banana		Laranja
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO	PTN	LPD
		367,7 Kcals		52g	14g	11g
				57%	15%	28%
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 (6 a 10 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	Segunda-feira Arroz branco Feijão de caldo Omelete Beterraba cozida	Terça-feira Macarrão (<i>parafuso</i>) ao molho de tomate (<i>extrato</i>) Pernil ao molho agri-doce*	Quarta-feira Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de frango com mandioca Salada de alface com repolho	Quinta-feira Arroz críativo (arroz, carne, lentilha e cenoura)* Feijão de caldo	Sexta-feira Arroz branco Feijão de caldo Tilápia assada com tomate e batata doce Farofa de couve com repolho
		Suco de caqui	Abacaxi		Banana	
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal) 374,7 Kcals		CHO 55g 61%	PTN 13g 15%	LPD 10g 24%
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 nº 6 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