

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

SETEMBRO 2024

REFEIÇÃO	HORÁRIO	SETEMBRO 2024				
		02/09/2024	03/09/2024	04/09/2024	05/09/2024	06/09/2024
CAFÉ DA MANHÃ	07h:30h	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
		Biscoito de polvilho Leite com cacau	Pão de forma com manteiga Leite com cacau	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 puro
PRINCIPAL	Manhã: 09:30h Tarde: 15:30h	Arroz branco Feijão de caldo Omelete de forno com abobrinha e cenoura	Arroz branco Feijão de caldo Estragonefe de frango (peito)	Baião de três (arroz, feijão, carne siltina) Salada de repolho e couve	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
		Laranja	Suco de caju	Banana	Laranja	
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	
		424,3 Kcals	63g	16g	12g	
			60%	15%	25%	

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.

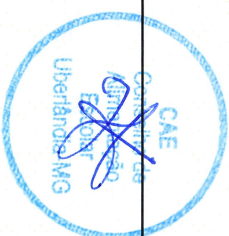
O agafião e o orégano podem ser utilizado nas preparações, mesmo que não esteja indicado no cardápio.

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

Marrilia Martins Santos CRN9: 7314



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

SETEMBRO 2024

REFEIÇÃO	HORÁRIO	09/09/2024		10/09/2024		11/09/2024		12/09/2024		13/09/2024	
		Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
CAFÉ DA MANHÃ	07h:30h	Biscoito de polvilho Suco de cajiú		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	
PRINCIPAL	Manhã:09:30h Tarde:15:30h	Arroz branco Feijão de caldo Ovos ao molho de tomate(extrato) * Purê de batata *Receita livro 2, pg 6		Macarrão (padre nosso) com frango desfiado (peito) ao molho de tomate (extrato) Feijão de caldo		Arroz branco Feijão tropeiro* (feijão, carne suína, farinha de mandioca) Salada de repolho e couve *Receita livro 1, pg 12		Galinhada (coxá/sobrecoxa) 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)		CHO		PTN		LPPD	
				434, 6 Kcals		67g		15g		11g	
				62%		14%		23%			
Orientações:											

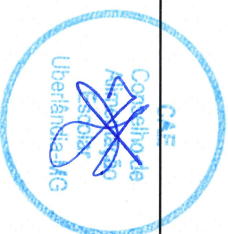
Ao receber os hortifrutis, reserve aqueles que estão no cardápio nas preparações de segunda e da terça-feira da semana seguinte.
Os hortifrutis estão sujeitos a mudanças nas entregas, devido a alterações climáticas e outros motivos, podendo impactar no cardápio, neste caso, é recomendado que façam substituições 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 MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE
CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - PERÍODO PARCIAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (4 e 5 anos)

SETEMBRO 2024

REFEIÇÃO	HORÁRIO	16/09/2024		17/09/2024		18/09/2024		19/09/2024		20/09/2024	
		Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
CAFÉ DA MANHÃ	07h:30h	Biscoito de polvilho Suco de caju		Pão de forma com manteiga Leite com cacau		Cookie de aveia com uva passas *Receita em anexo* Leite puro		Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela		Mingau de amido de milho com cacau* *Receita Livro 2 pg. 17	
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* (coxá/sobrecoxá)		Arroz branco Feijão de caldo Carne suína assada com batata inglesa Salada de repolho com tomate		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*	
		Gotiaba		Banana		Laranja					
Composição nutricional (Média Semanal)			Energia (Kcal)		CHO		PTN		LPD		
			425,5 Kcals		66g		16g		11g		
			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 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
Marrilia Martins Santos CRN9: 7314



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

SETEMBRO 2024

REFEIÇÃO	HORÁRIO	23/09/2024	24/09/2024	25/09/2024	26/09/2024	27/09/2024
CAFÉ DA MANHÃ	07h:30h	Segunda-feira Biscoito de polvilho Leite com cacau	Terça-feira Pão de forma com manteiga Leite com cacau	Quarta-feira Biscoitinho de maisena* Leite puro *Receita em anexo	Quinta-feira Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela	Sexta-feira Bolo da vovó (receita enviada) Leite puro
PRINCIPAL	Manhã:09:30h Tarde:15:30h	Arroz branco Feijão de caldo Omelete Beterraba cozida	Macarrão (padre nosso) ao molho de tomate (extrato) Pernil ao molho agri-doce* *Receita livro 3, pg 20	Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de frango com mandioca Salada de couve com repolho	Arroz criativo (arroz, carne, lentilha e cenoura) * Feijão de caldo *Receita livro 3, pg 10	Arroz branco Feijão de caldo Frango assado com e batata doce Salada de repolho com tomate
		Suco de cajiú	Abacaxi		Banana	
Composição nutricional (Média Semanal)			Energia (Kcal) 451,5 Kcals	CHO 66g 63%	PTN 17g 15%	LPD 11g 22%

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 açúcar e o óleo 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

