

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE
CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - BERÇÁRIO - PERÍODO INTEGRALZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)

OUTUBRO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	30/09/2024 Segunda-feira	01/10/2024 Terça-feira	02/10/2024 Quarta-feira	03/10/2024 Quinta-feira	04/10/2024 Sexta-feira	
CAFÉ DA MANHÃ COLAÇÃO	7:30h 9:00h	Fórmula infantil/leite materno Banana	Fórmula infantil/leite materno Laranja	Fórmula infantil/leite materno Banana	Fórmula infantil/leite materno Laranja	Fórmula infantil/leite materno Banana	
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Ovos mexidos com abobrinha ralada	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Carne suína desfiada com lentilha Batata doce amassada	Macarrão (<i>parafuso</i>) ao molho de tomate Feijão de caldo amassado Peito de frango desfiado com repolho picadinho	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Farofa de carne bovina com banana e couve picadinha* *Receita livro 3 pg. 21	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Carne suína desfiada com tomate picadinho	
LANCHE	13:30h	Fórmula infantil/leite materno	Fórmula infantil/leite materno	Fórmula infantil/leite materno	Fórmula infantil/leite materno	Fórmula infantil/leite materno	
JANTAR	14:30h	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Farofa de carne bovina com banana e couve picadinha* *Receita livro 3 pg. 21	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Carne suína desfiada com tomate picadinho	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Ovos mexidos com abobrinha ralada	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Carne suína desfiada com lentilha amassada Batata doce amassada	Macarrão (<i>parafuso</i>) ao molho de tomate Feijão de caldo amassado Peito de frango desfiado com repolho picadinho	
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO		LPD	
		588,10 Kcal		91g		16g	
		Cálcio (mg)		61%		24%	
		282,21		Ferro (mg)		Vit. C (mg)	
				6,57		55,67	
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.

** Para os alunos que vão embora às 17hrs pode ser oferta uma ceia às 16:30 (fórmula infantil/leite materno).

- 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.

TODAS AS REFEIÇÕES DEVEM SER PREPARADAS SEM SAL PARA MENORES DE 1 ANO.

ELABORADO POR:

Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479

REVISADO POR:

Marília Martins Santos CRN9: 7314
Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590CAE
Conselho de
AlimentaçãoEscola
Uberlândia-MG

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE
CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - BERÇÁRIO - PERÍODO INTEGRAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)

OUTUBRO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	07/10/2024 Segunda-feira	08/10/2024 Terça-feira	09/10/2024 Quarta-feira	10/10/2024 Quinta-feira	11/10/2024 Sexta-feira	
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno		
COLAÇÃO	9:00h	Laranja	Banana	Goiabada	Banana		
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Frango desfiado (peito) com lentilha Cabotíá amassado	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Carne moída com tomate e repolho picadinhos	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Frango desfiado com cenoura ralada (coxá/sobrecoxá)	Galinhada amassada (coxá/sobrecoxá) Tutu de feijão com couve picadinha Batata doce amassada		
LANCHE	13:30h	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno		
JANTAR	14:30h	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Frango desfiado com cenoura ralada (coxá/sobrecoxá)	Galinhada amassada (coxá/sobrecoxá) Tutu de feijão com couve picadinha Batata doce amassada	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Frango desfiado (peito) com lentilha Cabotíá amassado	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Carne moída com tomate e repolho picadinhos		
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO		LPPD	
		578,73 Kcal		90g 61%		16g 25%	
		Cálcio (mg)		Ferro (mg)		Vit. C (mg)	
		287,63		6,42		232,59 63,87	

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.
Reserve os hortifrutis para segunda-feira e terça-feira da semana após o recesso de 14/10 a 18/10.
** Para os alunos que vão embora às 17hs pode ser oferta uma ceta às 16:30 (fórmula infantil/leite materno).
- 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.

TODAS AS REFEIÇÕES DEVEM SER PREPARADAS SEM SAL PARA MENORES DE 1 ANO.

ELABORADO POR:
Natália Duarte Marcelino CRN9: 24479

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

gferreira



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE
CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - BERÇÁRIO - PERÍODO INTEGRAL
ZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)

OUTUBRO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	14/10/2024 Segunda-feira	15/10/2024 Terça-feira	16/10/2024 Quarta-feira	17/10/2024 Quinta-feira	18/10/2024 Sexta-feira
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h 9:00h					
ALMOÇO	10:00h	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
LANCHE	13:30h					
JANTAR	14:30h					
Composição nutricional (Média Semanal)			Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD
			556,01 Kcal	86g	21g	16g
				62%	18%	26%
			Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)
	287,77	6,42	233,19	63,36		

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.

** Para os alunos que vão embora às 17hrs pode ser oferta uma ceia às 16:30 (fórmula infantil/leite materno).

- De acordo com a resolução n° 6 de maio de 2020 a oferta de frutas para o ensino infantil integral é de no mínimo 4 dias da semana.

TODAS AS REFEIÇÕES DEVEM SER PRERADAS SEM SAL PARA MENORES DE 1 ANO.

ELABORADO POR:

Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479

REVISADO POR:

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

CAE
Conselho da
Alimentação
Escolar

Uberlândia-MG

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE
CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - BERÇÁRIO - PERÍODO INTEGRALZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)

OUTUBRO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	21/10/2024	22/10/2024	23/10/2024	24/10/2024	25/10/2024	
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	
COLAÇÃO	9:00h	Laranja	Banana	Laranja	Banana		
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Omelete de forno com abobrinha ralada	Macarrão (passe nosso) à bolonhesa amassado Feijão de caldo amassado Repolho refogado picadinho	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado com couve picadinha Carne suína desfiada com tomate picadinho	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Frango ao molho desfiado (coxa/sobrecoxa) Purê de cabotiá	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado com couve picadinha Carne suína desfiada com tomate picadinho	
		Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	FÉRIADO	
LANCHE	13:30h	Fórmula infantil/Leite materno	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Frango ao molho desfiado (coxa/sobrecoxa) Purê de cabotiá	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Omelete de forno com abobrinha ralada	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado com couve picadinha Carne suína desfiada com tomate picadinho		
JANTAR	14:30h	Macarrão (passe nosso) à bolonhesa amassado Feijão de caldo amassado Repolho refogado picadinho	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Frango ao molho desfiado (coxa/sobrecoxa) Purê de cabotiá	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Omelete de forno com abobrinha ralada	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado com couve picadinha Carne suína desfiada com tomate picadinho		
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO		L.P.D	
		556,86 Kcal		85g 59%		17g 27%	
		Cálcio (mg)		Ferro (mg)		Vit. C (mg)	
		294,84		6,39		232,05 59,7	
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.							
** Para os alunos que vão embora às 17hrs pode ser oferta uma ceia às 16:30 (fórmula infantil/leite materno).							
- 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.							
TODAS AS REFEIÇÕES DEVEM SER PRERADAS SEM SAL PARA MENORES DE 1 ANO.							
				ELABORADO POR: Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479			
				REVISADO POR: Martília Martins Santos CRN9: 7314 Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590			

CAE
Conselho de Alimentação
Escolar
Uberlândia-MG

CAE
Conselho de Alimentação
Escolar
Uberlândia-MG

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE
CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - BERÇÁRIO - PERÍODO INTEGRALZONA URBANA E RURAL
FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)

OUTUBRO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	28/10/2024 Segunda-feira	29/10/2024 Terça-feira	30/10/2024 Quarta-feira	31/10/2024 Quinta-feira	01/11/2024 Sexta-feira			
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno			
COLAÇÃO	9:00h	Laranja	Banana	Abacaxi	Laranja	Banana			
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Ovos mexidos com couve picadinha	Macarrão (<i>parafiso</i>) ao molho de tomate com frango (<i>peito</i>) desfiado e repolho ralado Feijão de caldo amassado	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Carne moída refogada com abobrinha e cenoura raladas	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado com couve picadinha Escondidinho de batata doce com <i>coxa/sobrecoxa</i> desfiada	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado com tomate picadinho e carne suína desfiada			
LANCHE	13:30h	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno			
JANTAR	14:30h	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Carne moída refogada com abobrinha e cenoura raladas	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado com couve picadinha Escondidinho de batata doce com <i>coxa/sobrecoxa</i> desfiada	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Quibebe de mandioca com tomate picadinho e carne suína desfiada	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Ovos mexidos com couve picadinha	Macarrão (<i>parafiso</i>) ao molho de tomate com frango (<i>peito</i>) desfiado e repolho ralado Feijão de caldo amassado			
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	566,82 Kcal	CHO	89g	PTN	21g	LPD	16g
			Cálcio (mg)		291,53		61%		Ferro (mg)

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.

** Para os alunos que vão embora às 17hrs pode ser oferta uma ceia às 16:30 (Fórmula infantil/leite materno).
- 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.

ELABORADO POR:

Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479

REVISADO POR:

Marília Martins Santos CRN9: 7314

Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590

CAE

Conselho de
Alimentação
Escolar

Uberlândia-MG