

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)  
OUTUBRO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	30/09/2024	01/10/2024	02/10/2024	03/10/2024	04/10/2024
PRINCIPAL	Manhã: 09:30h Tarde: 15:30h	Segunda-feira Arroz branco Feijão de caldo Ovos mexidos com abobrinha ralada	Terça-feira Arroz branco Feijão de caldo Carne suína com lentilha Batata doce assada	Quarta-feira Macarrão (parafuso) ao molho de tomate (extrato) Feijão de caldo Peito de frango picadinho Salada de repolho	Quinta-feira Arroz branco Feijão de caldo Farofa de carne bovina com banana e couve* *Receita livro 3 pg. 21	Sexta-feira Arroz branco Feijão tropeiro (carne suína, feijão e farinha de mandioca) * Salada de alface com tomate *Receita livro 1 pg. 12
		Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO	PTN
		482,3 Kcals	76g 64%	18g 14%	12g 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 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:  
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

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)  
OUTUBRO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	07/10/2024	08/10/2024	09/10/2024	10/10/2024	11/10/2024
PRINCIPAL	Manhã: 09:30h Tarde: 15:30h	Segunda-feira Arroz branco Feijão de caldo Hamburguer de lentilha* (peito de frango, lentilha e cebola) (Receita livro 3 pg. 15)	Terça-feira Arroz branco Feijão de caldo Quibe assado com tomate Salada de repolho	Quarta-feira Arroz branco Feijão de caldo Estrogonofe de frango (coxão/sobrecoxão) Salada de alface e cenoura	Quinta-feira Galinhada (coxão/sobrecoxão) Tutu de feijão Batata doce assada Vinagrete e coque picadinha	DIA ESCOLAR
		Logure de morango**	Goiaba	Banana	Laranja	
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO	PTN	LPD
		507,3 Kcals		76g	17g	14g
				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 café e o orgânico podem ser utilizado nas preparações, mesmo que não esteja indicado no cardápio.

Reserve os hortifrutis para segunda-feira e terça-feira da semana após o recesso de 14/10 a 18/10.

**\*\*A distribuição do iogurte iniciará no dia 07/10/2024 e poderá se estender até o fim da semana. O produto deve ser oferecido para os alunos no dia da entrega ou no dia seguinte caso já tenha passado o horário do lanche.**

**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:**

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

**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)**  
**OUTUBRO 2024**

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	14/10/2024	15/10/2024	16/10/2024	17/10/2024	18/10/2024
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
PRINCIPAL	Manhã: 09:30h Tarde: 15:30h	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
		Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO	PTN
			Kcals	g	g	g
				%	%	%

**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.

**ELABORADO POR:**  
 Natália Duarte Marcelino CRN9: 24479

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

*Handwritten signature*



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)  
OUTUBRO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	21/10/2024	22/10/2024	23/10/2024	24/10/2024	25/10/2024
PRINCIPAL	Manhã: 09:30h Tarde: 15:30h	Arroz branco Feijão de caldo Omelete de forno com abobrinha	Macarrão ( <i>espaguete</i> ) à bolonhesa Feijão de caldo Salada de repolho	Arroz branco Feijão de caldo Picadinho de carne suína Salada de alface e tomate	Arroz branco Feijão de caldo Frango ao molho (coxa/sobrecoxa) Purê de cabotiá	FERIADO
		Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO	PTN
		478 Kcals		73g 61%	17g 14%	13g 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 faze-las cozidas. O açúcar e o óleo 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:  
Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479

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



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)  
OUTUBRO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	28/10/2024	29/10/2024	30/10/2024	31/10/2024	01/11/2024
PRINCIPAL	Manhã: 09:30h Tarde: 15:30h	Arroz branco Feijão de caldo Ovos mexidos com couve picadinho	Macarrão ( <i>espaguete</i> ) ao molho de tomate com frango ( <i>peito</i> ) desfiado e repolho ralado Feijão de caldo	Arroz branco Feijão de caldo Carne moída refogada com abobrinha e cenoura	Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de mandioca com coxa/sobrecoxa desfiada Salada de couve	Arroz branco Feijão de caldo Tijápia ao molho de tomate com batata doce Salada de alface
		Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO	PTN
		484,1 Kcals		76g	18g	12g
				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:**

Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479

**REVISADO POR:**

Marília Martins Santos CRN9: 7314

Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590

