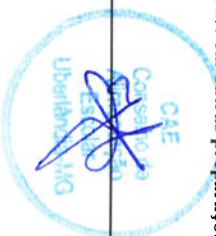


**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE**  
**CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - BERCÁRIO - PERÍODO INTEGRAL**  
**ZONA URBANA E RURAL**  
**FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)**  
**DEZEMBRO 2024**

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	02/12/2024 Segunda-feira	03/12/2024 Terça-feira	04/12/2024 Quarta-feira	05/12/2024 Quinta-feira	06/12/2024 Sexta-feira	
CAFÉ DA MANHÃ COLAÇÃO	7:30h 9:00h	Fórmula infantil/leite materno Laranja	Fórmula infantil/leite materno Laranja	Fórmula infantil/leite materno Laranja	Fórmula infantil/leite materno Maça	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 Escondidinho de cabotia com frango desfiado (peito)	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Carne suína desfiada com lentilha* *Receita livro 2 pg. 12	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Coxa/sobrecoxa desfiada com batata inglesa ao molho	Sopa de legumes (cenoura e batata inglesa) com macarrão e carne bovina desfiada Feijão de caldo amassado	
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 suína desfiada com lentilha* *Receita livro 2 pg. 12	Sopa de legumes (cenoura e batata inglesa) com macarrão e carne bovina desfiada Feijão de caldo amassado	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Coxa/sobrecoxa desfiada com batata inglesa ao molho	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Ovos mexidos com abobrinha ralada	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Escondidinho de cabotia com frango desfiado (peito)	
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO		LPPD	
		575,1 Kcal		78g 63%		17g 26%	
		Cálcio (mg)		Ferro (mg)		Vit. C (mg)	
		290		6,5		50,1	

**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.  
 - Toda a lentilha e o trigo que estiverem no estoque devem ser consumidos antes do encerramento das aulas. Caso verifique que utilizando esses itens em apenas uma preparação (conforme consta no cardápio) os mesmos não sejam totalmente consumidos, utilizar o excedente em outras preparações.  
**TODAS AS REFEIÇÕES DEVEM SER PRERADAS SEM SAL PARA MENORES DE 1 ANO.**



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

**REVISADO POR:**  
 Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590  
 Nutricionista RT

*Geise de Castro Fonseca*

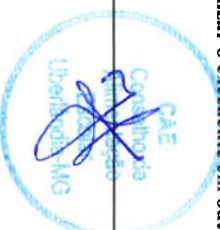
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG  
 PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE  
 CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - BERÇÁRIO - PERÍODO INTEGRAL  
 ZONA URBANA E RURAL  
 FAIXA ETÁRIA (6 a 12 meses)  
 DEZEMBRO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	09/12/2024 Segunda-feira	10/12/2024 Terça-feira	11/12/2024 Quarta-feira	12/12/2024 Quinta-feira	13/12/2024 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	Laranja	Laranja	Banana	Maca	
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Omelete de fômo picado Purê de cabotiá	Galinhada amassada ( <i>coxa/sobrecoxa desfiado</i> ) Feijão de caldo amassado Abobrinha refogada e desfiada	Macarrão ao alho e óleo com carne suína desfiada e cenoura ralada Feijão de caldo amassado	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Estrogonofe de frango desfiado ( <i>peito</i> )	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Omelete de fômo picado Purê de cabotiá	
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	Macarrão ao alho e óleo com carne suína desfiada e cenoura ralada Feijão de caldo amassado	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Quibe assado com cenoura picado	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Estrogonofe de frango desfiado ( <i>peito</i> )	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Omelete de fômo picado Purê de cabotiá	Galinhada amassada ( <i>coxa/sobrecoxa desfiado</i> ) Feijão de caldo amassado Abobrinha refogada e desfiada	
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO		LPD	
		586,05 Kcal		73g		16g	
		Cálcio (mg)		Ferro (mg)		Vit. C (mg)	
		291,3		6,3		48,8	

Orientações

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.  
 - Toda a lentilha e o trigo que estiverem no estoque devem ser consumidos antes do encerramento das aulas. Caso verifique que utilizando esses itens em apenas uma preparação (conforme consta no cardápio) os mesmos não sejam totalmente consumidos, utilizar o excedente em outras preparações.

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



ELABORADO POR:  
 Natália Duarte Marcelino CRN9: 24479  
 Nutricionista QT

REVISADO POR:  
 Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590  
 Nutricionista RT

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)

DEZEMBRO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	16/12/2024		17/12/2024		18/12/2024		19/12/2024		20/12/2024	
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	DIA ESCOLAR		DIA ESCOLAR		
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	Laranja							
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Ovos ao sugo	Macarronada amassada (carne moída) Feijão de caldo amassado	Arroz branco com carne suína desfiada e amassada Feijão de caldo amassado							
LANCHE	13:30h	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno	Fórmula infantil/Leite materno							
JANTAR	14:30h	Arroz branco com carne suína desfiada e amassada Feijão de caldo amassado	Arroz branco amassado Feijão de caldo amassado Ovos ao sugo	Macarronada amassada (carne moída) Feijão de caldo amassado							
Composição nutricional (Média Semanal)		Orientações		Energia (Kcal)	CHO		PTN	LPD			
				570,2 Kcal	80g	19g	17g				
					60%	15%	25%				
				Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)				
				291,2	6,5	235,4	49,6				

**HORTIFRUTS:** Utilizar nas preparações o que estiver disponível em estoque;

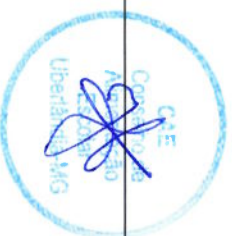
As escolas que não dispõem de forno para as preparações devem adaptar para fazê-las cozidas.

\*\* 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.

- Toda a lentilha e o trigo que estiverem no estoque devem ser consumidos antes do encerramento das aulas. Caso verifique que utilizando esses itens em apenas uma preparação (conforme consta no cardápio) os mesmos não sejam totalmente consumidos, utilizar o excedente em outras preparações.

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



ELABORADO POR:  
 Natália Duarte Marcelino CRN9: 24479  
 Nutricionista QT

REVISADO POR:  
 Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590  
 Nutricionista RT

*Geise de Castro Fonseca*