

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE  
CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - CRECHE - PERÍODO INTEGRAL E PARCIAL  
ZONA URBANA E RURAL  
FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos)  
DEZEMBRO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	02/12/2024	03/12/2024	04/12/2024	05/12/2024	06/12/2024	
CARFÉ DA MANHÃ	7:30h	Segunda-feira Biscoito de polvilho Leite com cacau	Terça-feira Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela	Quarta-feira Pão de polvilho* Leite com cacau *Receita em anexo	Quinta-feira Pão de forma com manteiga Leite com cacau	Sexta-feira Bojo de cacau com passas* Leite puro *Receita Livro 2 pg. 14	
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco Feijão de caldo Ovos mexidos com abobrinha ralada	Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de cabotia com frango (peito)	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína refogada com lentilha* *Receita Livro 2 pg. 12 PARCIAL: Laranja	Arroz branco Feijão de caldo Coxa/sobrecoxa com batata inglesa ao molho	Sopa de legumes ( <i>cenoura e batata inglesa</i> ) com macarrão, carne bovina refogada e feijão PARCIAL: Banana	
LANCHE	12:00h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	
LANCHE	13:30h	INTEGRAL: Laranja	INTEGRAL: Laranja	INTEGRAL: Laranja	INTEGRAL: Maça	INTEGRAL: Banana	
JANTAR	15:00h	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína refogada com lentilha* *Receita Livro 2 pg. 12	Sopa de legumes ( <i>cenoura e batata inglesa</i> ) com macarrão, carne bovina refogada e feijão	Arroz branco Feijão de caldo Coxa/sobrecoxa com batata inglesa ao molho PARCIAL: Laranja	Arroz branco Feijão de caldo Ovos mexidos com abobrinha ralada	Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de cabotia com frango (peito) PARCIAL: Banana	
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (kcal)	721,2 Kcal	CHO	98g	PTN	27g
		Calcio (mg)	242,7	Ferro (mg)	4,9	Retinol (mcg)	97,4
						LPD	25g
							30%
						Vit. C (mg)	15,6

Orientações

Ao receber os hortifrutis, reserve aqueles que estão no cardápio nas preparações de segunda-feira 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 órgão podem ser utilizado nas preparações, mesmo que não esteja indicado no cardápio.

- A fruta do integral foi realocada da colação para o lanche da tarde para melhorar o tempo de intervalo entre as refeições.

- Para os alunos do integral que vão embora às 17hrs pode ser oferta uma ceia às 16:30.

- 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 e para o ensino infantil PARCIAL são 2 dias da semana.

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

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DOS ALIMENTOS.

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 - CRECHE - PERÍODO INTEGRAL E PARCIAL  
ZONA URBANA E RURAL  
FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos)  
DEZEMBRO 2024

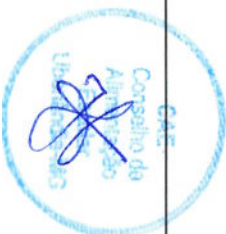
REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	09/12/2024	10/12/2024	11/12/2024	12/12/2024	13/12/2024	
CAFÉ DA MANHÃ	7:30h	Biscoito de polvilho Suco de caju	Pão de forma com manteiga Leite com cacau	Biscoitinho de massena* Leite puro *Receita em anexo	Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela	Bolo da vovó Leite puro	
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco Feijão de caldo Omelete de forno Purê de cabotiá	Galinhada ( <i>coxá/sobrecoxá</i> ) Feijão de caldo Abobrinha refogada	Macarrão ao alho e óleo com carne suina desfiada e cenoura ralada Feijão de caldo PARCIAL: Laranja	Arroz branco Feijão de caldo Estrogonofe de frango ( <i>peito</i> )	Arroz branco Feijão de caldo Quibe assado com cenoura PARCIAL: Maça	
LANCHE	12:00h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	
LANCHE	13:30h	INTEGRAL: Laranja	INTEGRAL: Laranja	INTEGRAL: Laranja	INTEGRAL: Banana	INTEGRAL: Maça	
JANTAR	15:00h	Macarrão ao alho e óleo com carne suina desfiada e cenoura ralada Feijão de caldo	Arroz branco Feijão de caldo Estrogonofe de frango ( <i>peito</i> )	Arroz branco Feijão de caldo Quibe assado com cenoura PARCIAL: Laranja	Arroz branco Feijão de caldo Omelete de forno Purê de cabotiá	Galinhada ( <i>coxá/sobrecoxá</i> ) Feijão de caldo Abobrinha refogada PARCIAL: Maça	
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (kcal)		CHO		PTN	
		732,2 Kcal		97g		26g	
		Cálcio (mg)		55%		15%	
		240,8		Ferro (mg)		Retinol (mcg)	
				4,4		97,3	
						LPD	
						25g	
						30%	
						Vit. C (mg)	
						13,5	

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 escolhas que não dispõem de forno para as preparações devem adaptar para fazê-las cozidas.  
O orégano podem ser utilizado nas preparações, mesmo que não esteja indicado no cardápio.  
- A fruta do integral foi realocada da colação para o lanche da tarde para melhorar o tempo de intervalo entre as refeições.  
- Para os alunos do integral que vão embora às 17hrs pode ser oferta uma ceia às 16:30.  
- De acordo com a resolução n° 6 de 8 de maio de 2020 a oferta de frutas para o ensino infantil INTEGRAL é de no mínimo 4 dias da semana e para o ensino infantil PARCIAL são 2 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.  
CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DOS ALIMENTOS.

ELABORADO POR:  
Natalia 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 - CRECHE - PERÍODO INTEGRAL E PARCIAL  
ZONA URBANA E RURAL  
FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos)  
DEZEMBRO 2024

REFEIÇÃO	SUGESTÃO DE HORÁRIO	16/12/2024	17/12/2024	18/12/2024	19/12/2024	20/12/2024	
CAPÉ DA MANHÃ	7:30h	Biscoito de polvilho Suco de caju	Pão de forma com manteiga Leite com cacau	Pão de forma com manteiga Leite com cacau	Quinta-feira	Sexta-feira	
ALMOÇO	10:00h	Arroz branco Feijão de caldo Ovos ao sugo	Macarronada (carne moída) Feijão de caldo	Arroz com carne suína Feijão de caldo PARCIAL: Laranja	DIA ESCOLAR		
LANCHE	12:00h	Leite	Leite	Leite	DIA ESCOLAR		
LANCHE	13:30h	INTEGRAL: Laranja	INTEGRAL: Banana	INTEGRAL: Laranja	DIA ESCOLAR		
JANTAR	15:00h	Arroz com carne suína Feijão de caldo	Arroz branco Feijão de caldo Ovos ao sugo	Macarronada (carne moída) Feijão de caldo PARCIAL: Laranja	DIA ESCOLAR		
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (kcal)		CHO		PTN	
		708,7 kcal		95g		26g	
		Cálcio (mg)		55%		15%	
		244,4		Ferro (mg)		Retinol (mcg)	
				4,6		101,9	
						Vit. C (mg)	
						1513	

Orientações

**HORTIFRUTIS:** 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.  
O orgão pode ser utilizado nas preparações, mesmo que não esteja indicado no cardápio.  
- A fruta do integral foi realocada da coleção para o lanche da tarde para melhorar o tempo de intervalo entre as refeições.  
- Para os alunos do integral que vão embora às 17hs pode ser oferta uma ceia às 16:30.  
- 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 e para o ensino infantil PARCIAL são 2 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.  
**CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DOS ALIMENTOS.**



ELABORADO POR:  
Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479  
Nutricionista QT

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

*[Handwritten Signature]*