

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE / PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE  
CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - PERÍODO INTEGRAL  
ZONA URBANA E RURAL  
FAIXA ETÁRIA (4 e 5 anos)  
DEZEMBRO 2024

REFEIÇÃO	HORÁRIO	02/12/2024	03/12/2024	04/12/2024	05/12/2024	06/12/2024
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
CAFÉ DA MANHÃ	9:00h	Pão de forma com manteiga Leite queimado	Bolacha maisena Leite com cacau	Mingau de amido com cacau *Receita Livro 2 pg. 17	Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela	Bolo da vovó Leite com cacau
ALMOÇO	11:00h	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	Arroz branco Feijão de caldo Coxa/sobrecoxa com batata inglesa ao molho	Sopa de legumes (cenoura e batata inglesa) com macarrão e carne bovina refogada Feijão de caldo
JANTAR	14:40h	Arroz branco Feijão de caldo Coxa/sobrecoxa com batata inglesa ao molho	Sopa de legumes (cenoura e batata inglesa) com macarrão e carne bovina refogada Feijão de caldo	Arroz branco Feijão de caldo Escondidinho de cabotia com frango (peito)	Arroz branco Feijão de caldo Ovos mexidos com abobrinha ralada	Arroz branco Feijão de caldo Carne suína refogada com lentilha* *Receita livro 2 pg. 12
LANCHE	16:30h	Bolacha água e sal Suco de cajú	Laranja	Laranja	Banana	Maça
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO	PTN	LPD
		951,6 kcal		143g	35g	24g
				62%	15%	23%

**Orientações**

Ao receber os hortifrúts, reserve aqueles que estão no cardápio nas preparações de segunda e da terça-feira da semana seguinte.  
Os hortifrúts 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 hortifrúts.  
As escoltas 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.  
**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.**

ELABORADO POR:  
Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479

REVISADO POR:  
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 INFANTIL - PERÍODO INTEGRAL  
ZONA URBANA E RURAL  
FAIXA ETÁRIA (4 e 5 anos)  
DEZEMBRO 2024

REFEIÇÃO	HORÁRIO	DEZEMBRO 2024							
		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	9:00h	Pão de forma com manteiga Leite queimado	Bolacha maisena Leite com cacau	Pão de polvilho* Leite queimado *Receita em anexo	Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela	Mingau de amido com cacau *Receita Livro 2 pg. 17			
ALMOÇO	11:00h	Arroz branco Feijão de caldo Omelete de frango Purê de cabotiá	Galinhada (coxa/sobrecoxa) Feijão de caldo Abobrinha refogada	Macarrão ao alho e óleo com carne suína desfiada e cenoura ralada Feijão de caldo	Arroz branco Feijão de caldo Estrogonofe de frango (peito)	Arroz branco Feijão de caldo Quibe assado com cenoura			
JANTAR	14:40h	Arroz branco Feijão de caldo Estrogonofe de frango (peito)	Arroz branco Feijão de caldo Quibe assado com cenoura	Galinhada (coxa/sobrecoxa) Feijão de caldo Abobrinha refogada	Arroz branco Feijão de caldo Omelete de frango Purê de cabotiá	Macarrão ao alho e óleo com carne suína desfiada e cenoura ralada Feijão de caldo			
LANCHE	16:30h	Bolacha água e sal Suco de caqui	Laranja	Laranja	Maça	Banana			
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)		CHO		PTN		LPD	
		947,7 kcal		140g 61%		35g 15%		25g 24%	

**Orientações**

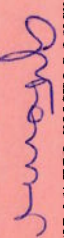
Os hortifrutis estão sujeitos a mudanças nas entregas, devido a alterações climáticas e outros motivos, podendo impactar no cardápio, neste caso, é recomendado que façam substituições nos hortifrutis.  
As escolas que não dispõem de forno para as preparações devem adaptar para fazê-las cozidas.  
O orégano podem ser utilizado nas preparações, mesmo que não esteja indicado no cardápio.  
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.

ELABORADO POR:

Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479

REVISADO POR:

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 INFANTIL - PERÍODO INTEGRAL**  
 ZONA URBANA E RURAL  
 FAIXA ETÁRIA (4 e 5 anos)  
**DEZEMBRO 2024**

REFEIÇÃO	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	
CAFÉ DA MANHÃ	9:00h	Pão de forma com manteiga Leite queimado	Bolacha maisena Leite com cacau	Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela			
ALMOÇO	11:00h	Arroz branco Feijão de caldo Ovos ao sugo	Macaronada (carne moída) Feijão de caldo	Arroz com carne suína Feijão de caldo	DIA ESCOLAR	DIA ESCOLAR	
JANTAR	14:40h	Macaronada (carne moída) Feijão de caldo	Arroz com carne suína Feijão de caldo	Arroz branco Feijão de caldo Ovos ao sugo			
LANCHE	16:30h	Bolacha água e sal Suco de caíú	Laranja	Laranja			
<b>Composição nutricional (Média Semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>		<b>CHO</b>		<b>PTN</b>	
		950,9 kcal		145g		36g	
				63%		15%	
						<b>LPD</b>	
						22g	
						21%	

**Orientações**

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

**ELABORADO POR:**

Natalia Duarte Marcelino CRN9: 24479

**REVISADO POR:**

Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590

*Geise de Castro Fonseca*

