

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
 PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE
CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - PERÍODO PARCIAL
 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
CAFÉ DA MANHÃ	07h-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 Bolo de cacau com passas* Leite puro *Receita Livro 2 pg. 14
		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, carne bovina refogada e feijão
PRINCIPAL	Manhã:09:30h Tarde:15:30h	Composição nutricional (Média Semanal)	Energia (Kcal) 441,8 Kcals	Laranja	CHO	LPD
					65g	13g
					59%	26%

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 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.

De acordo com a resolução n° 6 de 8 de maio de 2020 a oferta de frutas para o ensino parcial deve ocorrer 2 dias na semana.

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 MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE
 CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - PERÍODO PARCIAL
 ZONA URBANA E RURAL
 FAIXA ETÁRIA (4 e 5 anos)
DEZEMBRO 2024

REFEIÇÃO	HORÁRIO	09/12/2024	10/12/2024	11/12/2024	12/12/2024	13/12/2024
CAFÉ DA MANHÃ	07h:30h	Segunda-feira Biscoito de polvilho Suco de caju	Terça-feira Pão de forma com manteiga Leite com cacau	Quarta-feira Biscoitinho de maisena* Leite puro *Receita em anexo	Quinta-feira Torrada de pão de forma Leite saborizado com canela	Sexta-feira Bolo da vovó Leite puro
PRINCIPAL	Manhã:09:30h Tarde:15:30h	Arroz branco Feijão de caldo Omelete de forno Purê de cabotiá	Galinhada (<i>coxa/sobrecoxa</i>) 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 (<i>peito</i>)	Arroz branco Feijão de caldo Quibe assado com cenoura
Composição nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal) 426,3 Kcals		CHO 62g 59%	PTN 15g 14%	LPD 27g 13%

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 orgão 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.

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

Nutricionista QT

REVISADO POR:

Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590

Nutricionista RT




SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBERLÂNDIA-MG
PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PMAE
CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL - PERÍODO PARCIAL
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	07h:30h	Biscoito de polvilho Suco de caju	Pão de forma com manteiga Leite com cacau	Pão de forma com manteiga Leite com cacau	DIA ESCOLAR	DIA ESCOLAR
		Arroz branco Feijão de caldo Ovos ao sugo	Macarronada (carne moída) Feijão de caldo	Arroz com carne suína Feijão de caldo		
PRINCIPAL	Manhã:09:30h Tarde:15:30h			Laranja	DIA ESCOLAR	DIA ESCOLAR
Composição nutricional (Média Semanal)			Energia (Kcal) 414,7 Kcals	CHO 60g 58%	PTN 15g 15%	LPD 12g 27%

Orientações:

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

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 Marinho CRN9: 24479

Nutricionista QT

REVISADO POR:

Geise de Castro Fonseca CRN9: 1590

Nutricionista RT

