



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

Cardápio Fevereiro 2025 - Matutino

1ª Semana	Segunda –Feira 03	Terça –Feira 04	Quarta –Feira 05	Quinta–Feira 06	Sexta –Feira 07
Café da manhã				Leite com cacau* Pão caseiro	Leite batido com aveia* Biscoito de arroz
Almoço				Arroz branco Feijão preto com pernil Vinagrete Farofa Sobremesa: Laranja	Arroz branco Feijão frango ao sugo com batata doce Salada de alface e tomate Sobremesa: Pêssego
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 06-07)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	363,07	50,90	14,02	7,10	

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2021/2024



2ª Semana	Segunda –Feira 10	Terça –Feira 11	Quarta –Feira 12	Quinta–Feira 13	Sexta – feira 14
Café da manhã	Leite com cacau* Pão caseiro com manteiga	Leite batido com mamão* Bolo de simples	Leite com cacau e canela* Biscoito de polvilho	Leite batido com e aveia* Pão de queijo caseiro	Leite batido com aveia* Biscoito de arroz
Almoço	Arroz branco Feijão Polenta cremosa Carne moída ao sugo Salada de pepino, cenoura e beterraba Sobremesa: Melancia	Arroz branco Tutu de feijão Frango assado com legumes Salada de alface Sobremesa: Ameixa	Risoto de frango Feijão Farofa colorida Salada de tomate, alface e beterraba Sobremesa: Abacate	Arroz branco Feijão File de frango Batata doce salteada Salada de pepino e cenoura Sobremesa: Pêssego	Arroz com cenoura Feijão Polenta cremosa com carne moída Salada de alface e repolho Sobremesa: Ameixa
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 10-14)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	359,11	52,10	14,15	7,28	

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

- De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2021/2024



3ª Semana	Segunda –Feira 17	Terça –Feira 18	Quarta –Feira 19	Quinta–Feira 20	Sexta –Feira 21
Café da manhã	Leite batido com cacau* Biscoito de maisena caseiro	Leite batido com aveia* Pão caseiro com manteiga	Leite batido com banana e aveia Biscoito de arroz	Leite batido com cacau e canela Biscoito de polvilho caseiro	Leite batido com aveia* Biscoito de polvilho
Almoço	Arroz branco Feijão Carne cubos com cenoura Farofa colorida Salada de repolho Sobremesa: Pêssego	Arroz colorido Feijão Ovos mexidos Salada Alface e tomate Sobremesa: Melancia	Arroz branco Feijão Peito de frango ao sugo Polenta cremosa Salada de cenoura e pepino Sobremesa: Suco de melancia	Arroz branco Tutu de feijão Omelete de forno com legumes Salada de beterraba e tomate Sobremesa: Ameixa	Arroz branco Feijão frango cremoso com mandioca Salada de alface e repolho Sobremesa: Banana
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 17-21)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	362,54	53,51	14,75	7,29	

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2021/2024



4ª Semana	Segunda –Feira 24	Terça –Feira 25	Quarta –Feira 26	Quinta–Feira 27	Sexta –Feira 28
Café da manhã	Leite batido com cacau* Biscoito de maisena caseiro	Leite batido com aveia* Pão caseiro com manteiga	Leite batido com banana e aveia Biscoito de arroz	Leite batido com cacau e canela Biscoito de polvilho caseiro	Leite batido com aveia* Biscoito de polvilho
Almoço	Arroz branco Feijão Carne cubos com cenoura Farofa colorida Salada de repolho Sobremesa: Pêssego	Arroz colorido Feijão Ovos mexidos Salada Alface e tomate Sobremesa: Melancia	Arroz branco Feijão Peito de frango ao sugo Polenta cremosa Salada de cenoura e pepino Sobremesa: Suco de melancia	Arroz branco Tutu de feijão Omelete de forno com legumes Salada de beterraba e tomate Sobremesa: Ameixa	Arroz branco Feijão frango cremoso com mandioca Salada de alface e repolho Sobremesa: Banana
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana:24-28)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	362,54	53,51	14,75	7,29	

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

Cardápio Fevereiro 2025 – Vespertino

1ª Semana	Segunda –Feira 03	Terça –Feira 04	Quarta –Feira 05	Quinta–Feira 06	Sexta –Feira 07
Lanche da tarde				Fruta	Fruta
Jantar				Polenta com musculo banana	Macarrão com frango Melancia
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana:06-07)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	328,01	50,40	14,50	6,10	

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar.



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2021/2024



2ª Semana	Segunda –Feira 10	Terça –Feira 11	Quarta –Feira 12	Quinta–Feira 13	Sexta – feira 14
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Sopa de mandioca com carne de frango e legumes.	Canja de frango com legumes e arroz.	Sopa de legumes com ovos mexidos.	Sopa de feijão com ovos cozidos e legumes.	Polenta cremosa com carne moída.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 06-10 Novembro)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	370,15	52,02	15,07	8,01	

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/ MEC.

* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar.



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2021/2024



3ª Semana	Segunda –Feira 17	Terça –Feira 18	Quarta –Feira 19	Quinta–Feira 20	Sexta –Feira 21
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Sopa de mandioca com carne moída e legumes.	Macarronada a bolonhesa e legumes cozidos.	Quirerinha com frango desfiado e legumes	Polenta cremosa a bolonhesa e legumes cozidos.	Purê de batata doce com frango desfiado e legumes.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 17-21)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	352,70	51,66	15,05	7,37	

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

- De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar*



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2021/2024



4ª Semana	Segunda –Feira 24	Terça –Feira 25	Quarta –Feira 26	Quinta–Feira 27	Sexta –Feira 28
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Sopa de mandioca com pernil desfiado e legumes.	Sopa de batata com legumes e carne.	Quirerinha com frango desfiado e legumes	Macarrão cabelo de anjo à bolonhesa e legumes cozidos.	Purê de batata inglesa com frango desfiado e legumes.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 24-28)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	363,71	51,02	15,69	7,87	

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

- De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar*