



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2025/2028



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA
NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

Cardápio Julho 2025 - Matutino

1ª Semana	Segunda –Feira	Terça –Feira 01	Quarta –Feira 02	Quinta–Feira 03	Sexta –Feira 04
Café da manhã		Leite batido com aveia* Bolo de cacau	Chá * Biscoito cream cracker	Chá * Bolo de fubá	Leite batido com cacau* Pão com requeijão caseiro
Almoço		Arroz branco Feijão Escondidinho de frango desfiado Farofa colorida Salada verde Sobremesa: mamão	Arroz branco Tutu de feijão Carne suína assada com batata Seleta de legumes Sobremesa: maçã	Arroz branco Feijão Farofa colorida Frango ao molho com abobrinha Salada mista Sobremesa: banana	Arroz branco Feijão Bife em tiras com pimentão Macarrão alho e óleo Salada verde Sobremesa: laranja

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 01-04 Julho)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	400,00	60,00	14,00	7,00
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	450,00	65,03	16,00	8,03



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2025/2028



2ª Semana	Segunda –Feira 07	Terça –Feira 08	Quarta –Feira 09	Quinta–Feira 10	Sexta –Feira 11
Café da manhã	Chá * Bolo de cenoura	Leite batido com aveia* Bisnaguinha caseira	Leite batido com cacau* Pão com manteiga	Leite batido com fruta* Bolo de fubá	RECESSO
Almoço	Arroz com cenoura Feijão Canjiquinha com carne suína Salada mista Sobremesa: banana	Arroz branco Feijão Farofa colorida Macarronada ao sugo com frango desfiado Salada verde Sobremesa: maçã	Arroz branco Feijão Carne de panela com legumes Salada verde Sobremesa: laranja	Arroz branco Feijão Purê de batata Frango ao molho Salada mista Sobremesa: banana	RECESSO

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 07-10 Julho)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	433,00	69,10	16,40	7,40
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	460,08	73,00	17,00	8,60



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2025/2028



3ª Semana	Segunda –Feira 14	Terça –Feira 15	Quarta –Feira 16	Quinta–Feira 17	Sexta –feira 18
Café da manhã	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS
Almoço	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS

4ª Semana	Segunda –Feira 21	Terça –Feira 22	Quarta –Feira 23	Quinta–Feira 24	Sexta –Feira 25
Café da manhã	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS
Almoço	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS



5ª Semana	Segunda –Feira 28	Terça –Feira 29	Quarta –Feira 30	Quinta–Feira 31	Sexta –Feira
Café da manhã	Chá * Bolo de cenoura	Café com leite* Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau* Pão com doce de abóbora	Chá* Bolo de laranja	
Almoço	Arroz branco Feijão Pernil assado com legumes e batata Farofa de couve Salada verde Sobremesa: laranja	Arroz Feijão Bife em tiras com repolho e pimentão Mix de folhas Sobremesa: banana	Arroz Feijão Polenta cremosa a bolonhesa com abobrinha Salada de repolho Sobremesa: maçã	Arroz Feijão Macarrão com Frango e Legumes Salada de beterraba com repolho Sobremesa: Mamão	

Composição Nutricional do Cardápio média da semana:(28-31 Julho)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	430,00	67,80	15,00	7,80
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	471,00	74,03	16,01	8,60



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2025/2028



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

Cardápio Julho 2025 – Vespertino

1ª Semana	Segunda –Feira	Terça –Feira 01	Quarta –Feira 02	Quinta–Feira 03	Sexta –Feira 04
		Torta de frango com legumes Suco de maracujá	Macarrão com bife em tiras e legumes Salada verde Sobremesa: laranja	Arroz branco Mandioca com pernil Mix de folhas verdes Sobremesa: mamão	Bolo de banana com aveia Chá Sobremesa: caqui
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 01-04 Julho)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	363,00	54,01	14,90	7,20	
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	455,00	64,00	17,02	8,30	



4ª Semana	Segunda –Feira 07	Terça –Feira 08	Quarta –Feira 09	Quinta–Feira 10	Sexta –Feira 11
	Torta de carne moída com legumes Chá Sobremesa: abacaxi com melão	Arroz branco Quirerinha com Pernil suíno Salada verde Sobremesa: Mamão	Arroz com cenoura Lasanha de abobrinha com frango desfiado Salada mista Sobremesa: laranja	Canjica com amendoim Sobremesa: banana com laranja	RECESSO

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 07-10 Julho)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	365,00	54,03	16,11	8,70
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	457,00	67,20	17,78	9,70



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2025/2028



2ª Semana	Segunda –Feira 14	Terça –Feira 15	Quarta –Feira 16	Quinta–Feira 17	Sexta – feira 18
	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS

3ª Semana	Segunda –Feira 21	Terça –Feira 22	Quarta –Feira 23	Quinta–Feira 24	Sexta –Feira 25
	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2025/2028



5ª Semana	Segunda –Feira 28	Terça –Feira 29	Quarta –Feira 30	Quinta–Feira 31	Sexta –Feira
	Bolo de cenoura com cobertura de cacau Vitamina de banana com abacate	Sopa de carne com legumes Sobremesa: Caqui	Risoto de pernil com cenoura e abobrinha Sobremesa: Laranja com banana	Arroz Polenta cremosa à bolonhesa Sobremesa: mamão	
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 28-31 Julho)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária		Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos		362,00	51,02	15,00	7,00
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos		450,00	66,98	17,00	8,92