



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2025/2028



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JERÔNIMO DA SERRA - PR

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

Cardápio Setembro 2025 - Matutino

1ª Semana	Segunda –Feira 01	Terça –Feira 02	Quarta –Feira 03	Quinta–Feira 04	Sexta –Feira 05
Café da manhã	Chá * Pão caseiro com aveia	Chá* Bolo de fubá	Leite com café Pão de leite	Chá * Pão caseiro com aveia	Leite batido com cacau* Pão com requeijão caseiro
Almoço	Arroz branco Feijão Macarrão chinês com bife em tiras Salada verde com beterraba Sobremesa: poncã	Arroz branco Feijão Purê de batata Frango ao molho Salada cenoura, beterraba Sobremesa: banana	Arroz branco Feijão Polenta cremosa à bolonhesa Legumes salteados Salada verde Sobremesa: laranja	Arroz branco Feijão Lasanha de pernil Legumes assados Salada de folhas Sobremesa: Suco de maracujá*	Arroz branco Feijão Frango assado com legumes Macarrão alho e óleo Salada verde Sobremesa: Suco de maracujá

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 01-05 setembro)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	361,89	57,88	15,11	7,14
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	469,02	59,01	15,9	7,9

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



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2025/2028



2ª Semana	Segunda –Feira 08	Terça –Feira 09	Quarta –Feira 10	Quinta–Feira 11	Sexta – feira 12
Café da manhã	Leite com cacau* Biscoito de aveia caseiro	Leite batido com aveia* Bolo de cacau	Chá * Pão caseiro com aveia	Leite com café Pão de leite	Chá* Bolo de fubá
Almoço	Arroz branco Feijão Vaca atolada com costela e legumes Salada tomate com cenoura Sobremesa: laranja	Arroz branco Feijão Virado de frango com legumes Salada de alface com beterraba Sobremesa: melancia	Arroz branco Feijão Bife em tiras com batata e cenoura Salada de beterraba com cenoura Sobremesa: banana	Arroz colorido Feijão Creme de mandioca com frango Salada de repolho com cenoura e tomate Sobremesa: poncã	Arroz branco Feijão Lasanha de frango Farofa de alho Salada de tomate com repolho Sobremesa: laranja
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 04-08 agosto)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	490,00	66,81	15,88	7,87	
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	510,99	70,89	16,30	7,99	



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2025/2028



3ª Semana	Segunda –Feira 15	Terça –Feira 16	Quarta –Feira 17	Quinta–Feira 18	Sexta –Feira 19
Café da manhã	Leite batido com aveia* Pão de caseiro	Leite batido com cacau* Bolo de banana com aveia	Chá* Pão de aveia com passas	Leite com cacau* Pão caseiro	Leite com aveia* Bolo simples
Almoço	Arroz branco Feijão Macarrão a bolonhesa com legumes Salada verde com beterraba Sobremesa: poncã	Arroz branco Feijão Escondidinho de mandioca com frango Salada de folhas e frutas Sobremesa: laranja	Arroz branco Feijão Omelete de forno com legumes Batata salteada Farofa de couve Salada mista Sobremesa: melancia	Arroz com cenoura Feijão Pernil de panela de pressão Canjiquinha Salada verde Sobremesa: uva	Arroz branco Feijão Farofa colorida Macarronada ao sugo com frango Salada de legumes Sobremesa: poncã

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 15-19 setembro)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	427,00	65,10	16,00	7,05
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	499,00	69,91	17,01	8,03



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2025/2028



4ª Semana	Segunda –Feira 22	Terça –Feira 23	Quarta –Feira 24	Quinta–Feira 25	Sexta –Feira 26
Café da manhã	Leite com café * Biscoito de polvilho	Leite batido com cacau* Bolo de aveia	Chá* Pão de leite	Leite batido com fruta* Bolo de fubá	Chá * Pão caseiro com requeijão caseiro
Almoço	Arroz com cenoura Feijão Polenta de corte á bolonesa Salada de folhas e legumes Sobremesa: maçã	Arroz branco Feijão Farofa colorida Macarronada ao sugo com frango desfiado Salada de legumes Sobremesa: poncã	Arroz branco Feijão Almondégas ao sugo com espaguete Salada de folhas e legumes Sobremesa: melancia	Arroz branco Feijão Purê de batata Frango ao molho Salada cenoura, beterraba Sobremesa: banana	Arroz Branco Feijão preto Carne moída com batata e legumes Salada de repolho com cenoura Sobremesa: melancia

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 22-26 setembro)

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	16,31	7,07
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	529,00	71,25	17,22	8,23



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2025/2028



5ª Semana	Segunda –Feira 29	Terça –Feira 30			
Café da manhã	RECESSO	FERIADO			
Almoço	FERIADO	FERIADO			

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 29-30 setembro)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos				
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos				



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2025/2028



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JERÔNIMO DA SERRA - PR

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

Cardápio Setembro 2025 – Vespertino

1ª Semana	Segunda –Feira 01	Terça –Feira 02	Quarta –Feira 03	Quinta–Feira 04	Sexta –Feira 05
	Bolo de maracujá com aveia Sobremesa: laranja	Espaguete à bolonhesa Sobremesa: banana	Risoto de frango Sobremesa: laranja	Pão caseiro com patê de frango Suco de laranja	Pão francês com carne moída e tomate Suco de maracujá
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 01-05 setembro)					
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	51,07	14,05	7,10	
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	399,00	62,00	16,01	8,55	



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2025/2028



2ª Semana	Segunda –Feira 08	Terça –Feira 09	Quarta –Feira 10	Quinta–Feira 11	Sexta – feira 12
	Risoto de frango Salada de tomate Sobremesa: laranja	Macarrão chines com bife em tiras e cenoura Sobremesa: mamão com leite em pó	Bolo de banana com aveia Sobremesa: Suco de maracujá	Risoto de pernil com legumes Salada de alface Sobremesa: poncã	Arroz doce com aveia Sobremesa: maçã

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 08-12 setembro)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	391,01	59,33	15,15	8,02
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	497,70	61,74	16,32	9,11



3ª Semana	Segunda –Feira 15	Terça –Feira 16	Quarta –Feira 17	Quinta–Feira 18	Sexta –Feira 19
	Bolo de cacau com aveia Sobremesa: banana	Frango de panela ao sugo Polenta cremosa Salada verde Sobremesa: melancia	Pão doce com aveia Suco de maracujá*	Macarrão alho e óleo com bife em tiras Sobremesa: poncã	Pão caseiro com patê de frango Suco de maracujá*

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana:15-19 setembro)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	389,72	55,89	15,82	7,02
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	497,87	68,14	16,26	8,87



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA
Gestão 2025/2028



4ª Semana	Segunda –Feira 22	Terça –Feira 23	Quarta –Feira 24	Quinta–Feira 25	Sexta –Feira 26
	Espaguete alho e óleo com bife em tiras e brócolis Sobremesa: Morango	Creme de milho com frango Salada verde Sobremesa: poncã	Pão recheado com carne Leite com café Sobremesa: maçã	Bolo de aveia com passas Chá* Sobremesa: melancia	Canjica com farinha de aveia Sobremesa: banana
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana:22-26 setembro)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária		Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos		388,00	53,42	15,13	8,46
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos		460,00	65,90	16,79	9,33



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA
Gestão 2025/2028



5ª Semana	Segunda –Feira 29	Terça –Feira 30	Quarta –Feira	Quinta–Feira	Sexta –Feira
	RECESSO	FERIADO			

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 acrescentadas de açúcar

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana:29-30 setembro)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos				
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos				