

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JERÔNIMO DA SERRA - PR

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

Cardápio Fevereiro 2023 - Matutino

1ª Semana	Segunda –Feira 06	Terça –Feira 07	Quarta –Feira 08	Quinta–Feira 09	Sexta –Feira 10
Café da manhã	Leite batido com cacau* Biscoito de Polvilho	Leite batido com cacau* Biscoito de arroz com requeijão caseiro	Leite batido com cacau* Biscoito de polvilho	Leite com cacau* Bolo simples com aveia	Leite batido com fruta* Pão com manteiga
Almoço	Arroz branco Feijão Almôndega ao sugo Legumes Salteados Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Tutu de Feijão Batata salteada Omelete colorido Salada mista Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Macarrão com frango desfiado Seleto de legumes Sobremesa:Fruta	Arroz Feijão Purê de batata Cubos de frango assado com cenoura Salada verde Fruta	Arroz colorido Feijão Carne de panela com mandioca Legumes Salteados Salada verde Fruta
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 06-10 Fevereiro)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	355,30	52,22	14,00	8,15	

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.

2ª Semana	Segunda –Feira 13	Terça –Feira 14	Quarta –Feira 15	Quinta–Feira 16	Sexta – feira 17
Café da manhã	Leite com cacau* Biscoito de polvilho	Leite batido com aveia* Bolo de cacau	Leite com cacau* Pão com manteiga	Leite batido com fruta* Biscoito de arroz	Leite com cacau* Biscoito de polvilho
Almoço	Arroz branco Feijão Polenta cremosa Carne moída ao sugo Salada mista Suco de Fruta	Arroz com cenoura Feijão Ovos cozidos Farofa colorida Salada mista Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Purê de batata Carne moída ao sugo Seleta de legumes Sobremesa: Salada de frutas	Arroz branco Feijão Carne suína assada Quirerinha Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Tutu de Feijão Ovos mexidos Legumes salteados Salada verde Sobremesa: Fruta
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 13-17 Fevereiro)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	358,10	55,05	15,11	8,98	

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.

3ª Semana	Segunda –Feira 20	Terça –Feira 21	Quarta –Feira 22	Quinta–Feira 23	Sexta –Feira 24
Café da manhã	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Leite batido com cacau* Biscoito de arroz	Leite batido com aveia* Bolo de cacau
Almoço	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Arroz colorido Feijão Coxa de frango assada com batata Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Polenta cremosa à bolonhesa Salada mista Suco de Fruta

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 20-24 Fevereiro)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	363,09	54,78	15,96	9,05

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.

4ª Semana	Segunda –Feira 27	Terça –Feira 28	Quarta –Feira	Quinta–Feira	Sexta –Feira
Café da manhã	Leite batido com cacau* Bolo de fubá	Leite batido com aveia* Biscoito de polvilho			
Almoço	Arroz branco Feijão Farofa de couve Carne de panela com legumes Salada mista Sobremesa: Fruta	Arroz Branco Feijão Farofa colorida Quirerinha com carne de panela Salada verde Sobremesa: Fruta			

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 27-28 Fevereiro)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	367,04	56,41	15,03	9,16

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

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JERÔNIMO DA SERRA - PR

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

Cardápio Fevereiro 2023 – Vespertino

1ª Semana	Segunda –Feira 06	Terça –Feira 07	Quarta –Feira 08	Quinta–Feira 09	Sexta –Feira 10
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Sopa de macarrão com carne moída e legumes.	Sopa de Feijão com carne de frango e legumes.	Purê de batata com carne moída e legumes.	Canja de galinha com legumes.	Polenta cremosa com frango desfiado e legumes.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 06-10 Fevereiro)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	356,06	55,03	15,96	9,25	

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.

2ª Semana	Segunda –Feira 13	Terça –Feira 14	Quarta –Feira 15	Quinta–Feira 16	Sexta – feira 17
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Sopa de legumes com carne moída	Risoto de carne desfiada e legumes	Escondidinho de frango desfiado e legumes	Polenta cremosa com carne moída e legumes.	Canjiquinha com carne moída e legumes
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 13-17 Fevereiro)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	353,58	52,69	15,02	8,69	

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.

3ª Semana	Segunda –Feira 20	Terça –Feira 21	Quarta –Feira 22	Quinta–Feira 23	Sexta –Feira 24
Lanche da tarde	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	FRUTA	FRUTA
Jantar	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Sopa de fubá com frango desfiado e legumes.	Sopa de feijão com carne moída e legumes.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 20-24 Fevereiro)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária		Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses		366,32	59,09	15,98	9,03

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.

4ª Semana	Segunda –Feira 27	Terça –Feira 28	Quarta –Feira	Quinta–Feira	Sexta –Feira 25
Lanche da tarde	Fruta	Leite batido com fruta e aveia			
Jantar	Sopa de legumes com carne de porco desfiada.	Purê de batata com frango desfiado e legumes.			

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 27-28 Fevereiro)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	354,63	52,68	15,26	8,19

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.