

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JERÔNIMO DA SERRA - PR

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

Cardápio Abril 2023 - Matutino

1ª Semana	Segunda –Feira 03	Terça –Feira 04	Quarta –Feira 05	Quinta–Feira 06	Sexta –Feira 07
Café da manhã	Leite batido com frutas* Pão com requeijão caseiro	Leite batido com aveia* Biscoito de polvilho	Leite batido com cacau* Biscoito de polvilho	Leite com cacau* Bolo de cacau com aveia	FERIADO
Almoço	Arroz colorido Feijão Farofa de couve Carne de panela com batata Salada mista Sobremesa: Suco de fruta	Arroz branco feijão Purê de batata Frango assado com legumes Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Macarronada com carne moída Seleto de legumes Sobremesa: Fruta	Arroz com cenoura Feijão Escondidinho de mandioca com carne moída Salada verde Sobremesa: Fruta	FERIADO
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 03-07 Abril)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	356,00	53,02	14,65	8,30	

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 10	Terça –Feira 11	Quarta –Feira 12	Quinta–Feira 13	Sexta – feira 14
Café da manhã	Leite com cacau* Biscoito de polvilho	Leite batido com aveia* Bolo de cenoura	Leite com cacau* Pão com manteiga	Leite batido com fruta* Biscoito de arroz	Leite com cacau* Bolo de cacau com aveia
Almoço	Arroz Feijão Polenta cremosa Carne moída ao sugo Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz colorido Feijão Ovos cozidos Farofa de legumes Salada mista Sobremesa: Fruta	Arroz Feijão Purê de batata Carne moída ao sugo Seleta de legumes Sobremesa: Salada de fruta	Arroz Feijão Carne suína assada Quirerinha Salada mista Suco de Fruta	Arroz Tutu de feijão Omelete Legumes salteados Salada verde Sobremesa: Fruta

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 10-14 Abril)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	357,21	53,02	15,00	8,00

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 17	Terça –Feira 18	Quarta –Feira 19	Quinta–Feira 20	Sexta –Feira 21
Café da manhã	Leite batido com aveia* Bolo de cenoura	Leite batido com cacau e aveia* Biscoito de Polvilho	Leite batido com cacau* Biscoito de arroz cm requeijão caseiro	Leite batido com cacau* Biscoito de arroz	FERIADO
Almoço	Arroz com cenoura Feijão Escondidinho de batata com frango desfiado Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Almôndega ao sugo Legumes salteados Salada mista Suco de fruta	Arroz branco Tutu de feijão Batata salteada Ovos mexidos Salada mista Sobremesa: Fruta	Arroz colorido Feijão Coxa de frango assada com legumes Salada verde Sobremesa: Fruta	FERIADO

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 17-21 Abril)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	363,10	53,00	15,90	9,00

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 24	Terça –Feira 25	Quarta –Feira 26	Quinta–Feira 27	Sexta –Feira 28
Café da manhã	Leite batido com cacau* Bolo de cenoura	Leite batido com aveia Biscoito de polvilho	Leite batido com cacau* Bolo de cacau com aveia	Leite batido com fruta* Biscoito de arroz	Leite batido com aveia* Pão caseiro com requeijão caseiro
Almoço	Arroz com cenoura Feijão Farofa de couve Carne de panela com legumes Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Farofa colorida Quirerinha com Carne suína Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz colorido Feijão Carne de panela com legumes Salada verde Sobremesa: Suco de fruta	Arroz branco Tutu de Feijão Ovos mexidos Salada mista Sobremesa: Fruta	Arroz Branco Feijão Escondidinho de batata com frango desfiado Seleta de legumes Sobremesa: Fruta

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 24-28 Abril)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	367,00	55,00	15,00	9,00

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 Abril 2023 – Vespertino

1ª Semana	Segunda –Feira 03	Terça –Feira 04	Quarta –Feira 05	Quinta–Feira 06	Sexta –Feira 07
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	FERIADO
Jantar	Sopa de feijão com carne e legumes.	Polenta cremosa com carne moída.	Purê de batata com carne moída e legumes	Canja de galinha com legumes.	FERIADO
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 03-07 Abril)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	355,00	54,89	15,00	9,12	

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 10	Terça –Feira 11	Quarta –Feira 12	Quinta–Feira 13	Sexta – feira 14
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Sopa de legumes com frango desfiado.	Risoto de carne desfiada e legumes.	Escondidinho de mandioca com frango desfiado e legumes.	Polenta cremosa com carne moída e legumes.	Canjiquinha com carne suína e legumes.

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 10-14 Abril)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	353,00	52,00	15,00	8,00

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 17	Terça –Feira 18	Quarta –Feira 19	Quinta–Feira 20	Sexta –Feira 21
Lanche da tarde	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FERIADO
Jantar	Canja de galinha com legumes.	Quirerinha com carne suína e legumes.	Sopa de legumes com carne bovina.	Sopa de fubá com frango desfiado e legumes.	FERIADO
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 17-21 Abril)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária		Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses		366,43	59,12	15,99	9,87

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.

4ª Semana	Segunda –Feira 24	Terça –Feira 25	Quarta –Feira 26	Quinta–Feira 27	Sexta –Feira 28
Lanche da tarde	Fruta	Leite batido com fruta e aveia	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Sopa de feijão com carne moída e legumes.	Purê de batata com frango desfiado e legumes.	Sopa de mandioca com carne bovina e legumes cozidos.	Polenta cremosa com ovos mexidos e legumes.	Macarronada com carne moída e legumes cozidos.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 24-28 Abril)					
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	52,60	15,16	8,10

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.