



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

Cardápio Julho – 2023 Matutino

1ª Semana	Segunda –Feira 03	Terça –Feira 04	Quarta –Feira 05	Quinta–Feira 06	Sexta –Feira 07
Café da manhã	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta
Lanche da manhã	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)
Almoço	Papinha salgada: Arroz, feijão, polenta cremosa, carne moída e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, escondidinho de frango desfiado, farofa e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, carne suína desfiada desfiada e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, farofa colorida, ovos mexidos e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, macarrão alho e óleo, coxa de frango desfiada e legumes cozidos.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 03-07 julho)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
DE 06 A 12 meses	349,00	50,00	13,00	7,00	



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	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS
Lanche da manhã	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS
Almoço	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS

3ª Semana	Segunda –Feira 17	Terça –Feira 18	Quarta –Feira 19	Quinta–Feira 20	Sexta – feira 21
Café da manhã	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS
Lanche da manhã	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS
Almoço	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS



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	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Mingau de aveia*
Lanche da manhã	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)
Almoço	Papinha salgada: Arroz com cenoura, feijão, canjiquinha com carne suína desfiada e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, Feijão, farofa colorida, macarrão com frango desfiado e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, Feijão, carne de panela desfiada com legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, purê de batatinha com frango desfiado e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, kibe assado picadinho e legumes cozidos.

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

Nesta fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x. O sal nessa fase de

06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha. As papinhas salgadas devem ser ofertadas com os alimentos amassados e separados, deve ir evoluindo na consistência conforme a ceitação da criança. * De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar.

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

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
DE 06 A 12 meses	350,00	52,00	14,00	7,10



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2021/2024



5ª Semana	Segunda –Feira 31	Terça –Feira	Quarta –Feira	Quinta–Feira	Sexta –Feira
Café da manhã	Mingau de aveia*				
Lanche da manhã	Mamadeira (Fórmula Infantil)				
Almoço	Papinha salgada: Risoto de pernil suíno desfiado, feijão e legumes cozidos.				

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

Nesta fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x. O sal nessa fase de

06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha. As papinhas salgadas devem ser ofertadas com os alimentos amassados e separados, devendo evoluir na consistência conforme a aceitação da criança. * De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar.

Composição Nutricional do Cardápio

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
DE 06 A 12 meses	350,02	52,30	14,20	7,15



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

Cardápio Julho 2023 – Vespertino

1ª Semana	Segunda –Feira 03	Terça –Feira 04	Quarta –Feira 05	Quinta–Feira 06	Sexta –Feira 07
Lanche da tarde	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta
Jantar	Sopa de fubá com carne desfiada e legumes.	Sopa de legumes com ovo mexido.	Sopa de macarrão com carne desfiada e legumes.	Sopa de feijão com carne moída e legumes.	Risoto de frango com legumes.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 03-07 Julho)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
DE 06 A 12 meses	351,03	53,02	14,48	7,20	

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

Nesta fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar a até 3x. O sal nessa fase de 06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha. As papinhas salgadas devem ser ofertadas com os alimentos amassados e separados, devendo evoluir na consistência conforme aceitação da criança. * 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	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS
Jantar	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS

3ª Semana	Segunda –Feira 17	Terça –Feira 18	Quarta –Feira 19	Quinta–Feira 20	Sexta – feira 21
Lanche da tarde	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS
Jantar	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS



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	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta
Jantar	Polenta cremosa com frango e legumes.	Purê de batata com frango desfiado e legumes.	Sopa de mandioca com carne bovina e legumes cozidos.	Sopa de legumes com ovos mexidos.	Sopa de legumes com carne moída.

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

Nesta fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x. O sal nessa fase de

06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha. As papinhas e algadas devem ser ofertadas com os alimentos amassados e separados, devendo evoluir na consistência conforme a aceitação da criança. * De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar.

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

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
DE 6 A 12 MESES	353,09	54,90	14,90	7,31



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2021/2024



5ª Semana	Segunda –Feira 31	Terça –Feira	Quarta –Feira	Quinta–Feira	Sexta –Feira
Lanche da tarde	Papinha de fruta				
Jantar	Sopa de feijão com carne moída e legumes.				

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

Nesta fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x. O sal nessa fase de 06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha. As papinhas salgadas devem ser ofertadas com os alimentos amassados e separados, deve ir evoluindo na consistência conforme a ceitação da criança. * De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar.

Composição Nutricional do Cardápio

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
DE 6 A 12 MESES	353,04	53,00	14,23	7,21