



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2021/2024



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	Leite com cacau* Biscoito de maisena caseiro	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 colorido Feijão Polenta cremosa Carne moída ao sugo Salada mista Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Escondidinho de frango desfiado Farofa colorida Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Tutu de feijão Carne suína assada com batata Seleta de legumes Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Farofa colorida Linguiça toscana assada Salada mista Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Coxa de frango ao sugo Macarrão alho e óleo Salada verde Sobremesa: Suco de fruta

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)
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 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
Almoço	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS

3ª Semana	Segunda –Feira 12	Terça –Feira 13	Quarta –Feira 14	Quinta–Feira 15	Sexta –Feira 16
Café 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	Chá * Bolo de cenoura	Leite batido com aveia Biscoito de arroz	Leite batido com cacau* Bolacha de maisena caseira	Leite batido com fruta* Biscoito de polvilho	Chá * Pão caseiro com requeijão caseiro
Almoço	Arroz com cenoura Feijão Canjiquinha com carne suína Salada mista Sobremesa: Suco de fruta	Arroz branco Feijão Farofa colorida Macarronada ao sugo com frango desfiado Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Carne de panela com legumes Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Purê de batata Frango ao molho Salada mista Sobremesa: Fruta	Arroz Branco Feijão Kibe assado Farofa colorida Seleta verde Sobremesa: Fruta

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)
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



5ª Semana	Segunda –Feira 31	Terça –Feira	Quarta –Feira	Quinta–Feira	Sexta –Feira
Café da manhã	Chá * Bolo de cenoura				
Almoço	Arroz branco Feijão Linguiça toscana assada Farofa colorida Salada verde Sobremesa: Fruta				

Composição Nutricional do Cardápio

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 2021/2024



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
	Arroz branco Feijão Polenta cremosa Carne moída ao sugo Salada mista Sobremesa: Fruta	Torta de frango com legumes Suco de fruta	Arroz branco Feijão Macarrão ao sugo Omelete de forno Salada verde Sobremesa: fruta	Arroz branco Feijão Sobrecoxa de frango assada Seleta de legumes Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Purê de batata Linguiça toscana assada Salada mista Sobremesa: Fruta
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)	
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	



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
	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS

3ª Semana	Segunda –Feira 17	Terça –Feira 18	Quarta –Feira 19	Quinta–Feira 20	Sexta –Feira 21
	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
	Torta de carne moída com legumes Suco de fruta	Arroz branco Feijão Quirerinha Pernil suíno assado Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz com cenoura Feijão Lasanha de abobrinha com frango desfiado Salada mista Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Kibe assado Seleta de legumes Sobremesa: Fruta	Bolo de cenoura com calda de cacau Vitamina de frutas com aveia
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)
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 2021/2024



5ª Semana	Segunda –Feira 31	Terça –Feira	Quarta –Feira	Quinta–Feira	Sexta –Feira
	Bolo de cenoura com cobertura de cacau Vitamina de frutas				
Composição Nutricional do Cardápio					
	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