



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

### Cardápio Agosto – 2023 Matutino

1ª Semana	Segunda –Feira	Terça –Feira 01	Quarta –Feira 02	Quinta–Feira 03	Sexta –Feira 04
<b>Café da manhã</b>	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta
<b>Lanche da manhã</b>	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)
<b>Almoço</b>	Papinha salgada: Arroz, feijão, escondidinho de frango desfiado e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, tutu de feijão, carne suína desfiada e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, carne suína desfiada desfiada e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, canjiquinha, ovos mexidos e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, macarrão alho e óleo, coxa de frango desfiada e legumes cozidos.
<b>Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 01-04 Agosto)</b>					
<b>Modalidade de Ensino / Faixa Etária</b>	<b>Energia ou VET (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>	
<b>DE 06 A 12 meses</b>	<b>349,02</b>	<b>50,15</b>	<b>13,70</b>	<b>7,10</b>	



PREFEITURA DE  
**SÃO JERÔNIMO DA SERRA**

Gestão 2021/2024



2ª Semana	Segunda –Feira 07	Terça –Feira 08	Quarta –Feira 09	Quinta–Feira 10	Sexta – feira 11
<b>Café da manhã</b>	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta
<b>Lanche da manhã</b>	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)
<b>Almoço</b>	Papinha salgada: Arroz, feijão, polenta cremosa com carne moída e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, omelete de forno e legumes cozidos.	Papinha salgada: risoto de frango, feijão e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, frango desfiado e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, polenta cremosa com frango desfiado e legumes cozidos.
<b>Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 07-11 Agosto)</b>					
<b>Modalidade de Ensino / Faixa Etária</b>	<b>Energia ou VET (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>	
<b>DE 06 A 12 meses</b>	<b>350,00</b>	<b>51,00</b>	<b>14,00</b>	<b>7,20</b>	



PREFEITURA DE  
**SÃO JERÔNIMO DA SERRA**

Gestão 2021/2024



<b>3ª Semana</b>	<b>Segunda –Feira 14</b>	<b>Terça –Feira 15</b>	<b>Quarta –Feira 16</b>	<b>Quinta–Feira 17</b>	<b>Sexta – feira 18</b>
<b>Café da manhã</b>	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta
<b>Lanche da manhã</b>	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)
<b>Almoço</b>	Papinha salgada: Arroz, feijão, quibe assado, farofa e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz colorido, feijão, ovos mexidos e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, carne bovina cozida e desfiada com legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, tutu de feijão, ovos cozidos picadinhos e legumes.	Papinha salgada: Arroz, feijão, purê de batata, frango desfiado e legumes cozidos.
<b>Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 14-18 Agosto)</b>					
<b>Modalidade de Ensino / Faixa Etária</b>	<b>Energia ou VET (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>	
<b>DE 06 A 12 meses</b>	<b>350,90</b>	<b>51,30</b>	<b>14,10</b>	<b>7,27</b>	



PREFEITURA DE  
**SÃO JERÔNIMO DA SERRA**

Gestão 2021/2024



4ª Semana	Segunda –Feira 21	Terça –Feira 22	Quarta –Feira 23	Quinta–Feira 24	Sexta –Feira 25
<b>Café da manhã</b>	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Mingau de aveia*
<b>Lanche da manhã</b>	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)
<b>Almoço</b>	Papinha salgada: Arroz com cenoura, feijão, canjiquinha com carne suína desfiada e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, Feijão, farofa colorida, omelete de forno e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, Feijão, carne bovina desfiada com legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, purê de batatinha com frango desfiado e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, ovos mexidos 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 ceitação da criança. \* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar.

<b>Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 21-25 Agosto)</b>				
<b>Modalidade de Ensino / Faixa Etária</b>	<b>Energia ou VET (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>
<b>DE 06 A 12 meses</b>	<b>350,20</b>	<b>51,03</b>	<b>14,04</b>	<b>7,21</b>



PREFEITURA DE  
**SÃO JERÔNIMO DA SERRA**

Gestão 2021/2024



5ª Semana	Segunda –Feira 28	Terça –Feira 29	Quarta –Feira 30	Quinta–Feira 31	Sexta –Feira
<b>Café da manhã</b>	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	
<b>Lanche da manhã</b>	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	
<b>Almoço</b>	Papinha salgada: arroz, feijão, omelete de forno e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, farofa colorida, frango desfiado e legumes cozidos.	Papinha salgada: Risoto de pernil suíno, feijão e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, macarronada a bolonhesa 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 ceitação da criança. \* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar.

**Composição Nutricional do Cardápio (média semanal: 28-31 Agosto)**

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
<b>DE 06 A 12 meses</b>	<b>350,40</b>	<b>51,20</b>	<b>14,15</b>	<b>7,27</b>



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

### Cardápio Agosto 2023 – Vespertino

1ª Semana	Segunda –Feira	Terça –Feira 01	Quarta –Feira 02	Quinta–Feira 03	Sexta –Feira 04
<b>Lanche da tarde</b>		Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta
<b>Jantar</b>		Polenta cremosa a bolonhesa e legumes cozidos.	Macarronada ao sugo com ovos mexidos e legumes.	Sopa de feijão com carne moída e legumes.	Risoto de frango com legumes.
<b>Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 01-04 Agosto)</b>					
<b>Modalidade de Ensino / Faixa Etária</b>	<b>Energia ou VET (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>	
<b>DE 06 A 12 meses</b>	<b>350,06</b>	<b>51,09</b>	<b>14,07</b>	<b>7,09</b>	

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, de acordo com a 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 07	Terça –Feira 08	Quarta –Feira 09	Quinta–Feira 10	Sexta – feira 11
<b>Lanche da tarde</b>	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta
<b>Jantar</b>	Canjiquinha com carne suína e legumes cozidos.	Sopa de feijão com carne moída e legumes cozidos.	Sopa de legumes com ovos mexidos.	Canja de galinha com legumes.	Sopa de letrinhas com carne moída e legumes.
<b>Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 07-11 Agosto)</b>					
<b>Modalidade de Ensino / Faixa Etária</b>	<b>Energia ou VET (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>	
<b>DE 06 A 12 meses</b>	<b>351,03</b>	<b>52,08</b>	<b>14,48</b>	<b>7,10</b>	

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



3ª Semana	Segunda –Feira 14	Terça –Feira 15	Quarta –Feira 16	Quinta–Feira 17	Sexta – feira 18
Lanche da tarde	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta
Jantar	Sopa de legumes com carne moída.	Macarronada a bolonhesa e legumes cozidos.	Sopa de Feijão com carne bovina e legumes cozidos.	Sopa de mandioca com carne bovina e legumes cozidos.	Canja de galinha com legumes cozidos.
<b>Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 14-18 Agosto)</b>					
<b>Modalidade de Ensino / Faixa Etária</b>	<b>Energia ou VET (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>	
<b>DE 06 A 12 meses</b>	<b>352,00</b>	<b>52,63</b>	<b>14,69</b>	<b>7,15</b>	

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, deve ir evoluindo 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



4ª Semana	Segunda –Feira 21	Terça –Feira 22	Quarta –Feira 23	Quinta–Feira 24	Sexta –Feira 25
<b>Lanche da tarde</b>	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta
<b>Jantar</b>	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 algodões 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: 21-25 Agosto)**

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
<b>DE 6 A 12 MESES</b>	<b>352,09</b>	<b>52,70</b>	<b>14,68</b>	<b>7,20</b>



PREFEITURA DE  
**SÃO JERÔNIMO DA SERRA**

Gestão 2021/2024



5ª Semana	Segunda –Feira 28	Terça –Feira 29	Quarta –Feira 30	Quinta–Feira 31	Sexta –Feira
<b>Lanche da tarde</b>	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	
<b>Jantar</b>	Sopa de feijão com carne moída e legumes.	Polenta cremosa a bolonhesa e legumes cozidos.	Sopa de letrinhas com frango e legumes cozidos.	Canjiquinha com carne suína picadinha 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 e voluindo na consistência conforme a citação da criança. \* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar.

**Composição Nutricional do Cardápio (média semanal: 28-31 Agosto)**

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
<b>DE 6 A 12 MESES</b>	<b>353,00</b>	<b>53,00</b>	<b>14,79</b>	<b>7,22</b>