



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
Café da manhã		Leite batido com aveia* Bolo de cacau	Leite com cacau* Pão com manteiga	Leite com cacau* Bolo de fubá	Leite batido com frutas* Pão com requeijão caseiro
Almoço		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 colorido Feijão Canjiquinha Linguiça toscana assada Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Coxa de frango assada Macarrão alho e óleo Salada verde Sobremesa: Fruta
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 01-04 Agosto)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	350,00	50,00	14,00	7,15	

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



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
Café da manhã	Leite com cacau* Biscoito de maisena caseiro	Leite batido com cacau* Bolo de banana integral	Leite com cacau e canela* Biscoito de polvilho	Leite com cacau * Pão caseiro com manteiga	Leite batido com aveia* Biscoito de arroz
Almoço	Arroz branco Feijão Polenta cremosa Carne moída ao sugo Salada verde Sobremesa: Suco de Fruta	Arroz branco Feijão Omelete de forno Seleta de legumes Sobremesa: Fruta	Risoto de frango Feijão Farofa colorida Salada mista Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Strogonoff de frango Batata salteada Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz colorido Feijão Coxa de frango ao sugo Polenta cremosa Salada mista Sobremesa: Fruta
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 07-11 Agosto)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	351,79	51,03	14,30	7,25	

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



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
Café da manhã	Leite batido com cacau* Biscoito de maisena caseiro	Leite batido com aveia* Pão caseiro com manteiga	Leite batido com cacau* Bolo de cacau com aveia	Leite batido com cacau e canela Biscoito de polvilho caseiro	Leite batido com aveia* Biscoito de polvilho
Almoço	Arroz branco Feijão Quibe assado Farofa colorida Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz colorido Feijão Ovos mexidos Seleta de legumes Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Carne de panela bovina com batata Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Tutu de feijão Linguiça toscada assada Salada mista Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Purê de batata Coxa de frango assada Salada verde Sobremesa: Suco de fruta
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 14-18 Agosto)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	351,90	51,20	14,31	7,26	

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



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
Café da manhã	Leite batido com cacau* 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	Leite batido com aveia* 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 Omelete de forno Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Carne bovina de panela com batata Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Purê de batata Frango ao molho Salada mista Sobremesa: Fruta	Arroz Branco Feijão Linguíça toscana assada Farofa colorida Seleta verde Sobremesa: Fruta

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.

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)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	352,40	51,90	14,60	7,40



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
Café da manhã	Leite batido com cacau* Bolo de cenoura	Leite batido com aveia* Biscoito de polvilho	Leite batido com cacau* Pão caseiro com manteiga	Leite batido com aveia* Bolo de cacau	
Almoço	Arroz branco Feijão Linguiça toscana assada Farofa colorida Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Farofa colorida Coxa de frango assada Salada verde Sobremesa: Suco de fruta	Risoto de pernil suíno Feijão Seleta de legumes Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Macarronada à bolonhesa Salada mista Sobremesa: Fruta	

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.

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 28-31 Agosto)				
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	14,80	7,46



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
Lanche da tarde		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar		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.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 01-04 Agosto)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	350,10	50,03	14,01	7,00	

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.



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
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	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.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 07-11 Agosto)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	350,98	50,79	14,66	7,47	

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.



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	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	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.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 14-18 Agosto)					
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	52,01	15,03	7,90	

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 21	Terça –Feira 22	Quarta –Feira 23	Quinta–Feira 24	Sexta –Feira 25
Lanche da tarde	Fruta	Leite batido com fruta e aveia	Fruta	Fruta	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.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 21-25)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	355,01	53,98	15,20	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.



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
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
Jantar	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.

* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar.

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 28-31 Agosto)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	353,05	52,09	15,04	7,80