



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2021/2024



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

Cardápio Dezembro – 2023 Matutino

1ª Semana	Segunda –Feira 02	Terça –Feira 03	Quarta –Feira 04	Quinta–Feira 05	Sexta –Feira 06
Café da manhã	Creme de mamão com leite em pó	Mingau de aveia*	Creme de mamão com leite em pó	Mingau de aveia*	Papinha de fruta: Pêssego
Lanche da manhã	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)
Almoço	Papinha salgada: Arroz, feijão, frango desfiado, farofa colorida e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, escondidinho de carne moída e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão cremoso, carne moída ao sugo e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, canjiquinha, frango desfiado e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, macarrão parafuso a bolonhesa e legumes cozidos.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 02-06 Outubro)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
DE 06 A 12 meses	380,00	51,01	14,80	7,07	



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2021/2024



2ª Semana	Segunda –Feira 11	Terça –Feira 12	Quarta –Feira 13	Quinta–Feira 14	Sexta – feira 15
Café da manhã	Mingau de aveia*	Papinha de fruta: Banana			
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 com carne moída e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, omelete de forno e legumes cozidos.			
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 09-13 Outubro)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
DE 06 A 12 meses	363,09	51,50	14,60	7,15	



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2021/2024



3ª Semana	Segunda –Feira 16	Terça –Feira 17	Quarta –Feira 18	Quinta–Feira 19	Sexta – feira 20
Café da manhã	Papinha de fruta: Banana	Mingau de aveia*	Papinha de fruta: laranja	Papinha de fruta: Morango	Papinha de fruta: Abacaxi
Lanche da manhã	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)
Almoço	Papinha salgada: Arroz, feijão, quibe assado, farofa e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz colorido, feijão, ovos mexidos e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, polenta cremosa a bolonhesa e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, tutu de feijão, ovos cozidos picadinhos e legumes.	Papinha salgada: Arroz, feijão, purê de batata, almôndegas ao sugo e legumes cozidos.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 16-20 Outubro)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
DE 06 A 12 meses	365,98	53,04	14,98	7,80	



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2021/2024



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

Cardápio Outubro 2023 – Vespertino

1ª Semana	Segunda –Feira 02	Terça –Feira 03	Quarta –Feira 04	Quinta–Feira 05	Sexta –Feira 06
Lanche da tarde	Papinha de fruta: Abacaxi	Papinha de fruta: mamão	Papinha de fruta: melância	Papinha de fruta: mamão	Papinha de fruta: melância
Jantar	Sopa de mandioca com carne moída e legumes.	Polenta cremosa a bolonhesa e legumes cozidos.	Macarronada ao sugo com ovos cozidos e legumes.	Sopa de feijão com carne moída e legumes.	Sopa de letrinhas com carne moída e legumes.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 02-06 Outubro)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
DE 06 A 12 meses	361,00	48,80	14,98	7,02	

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 04	Terça –Feira 05	Quarta –Feira 06	Quinta–Feira 07	Sexta – feira 08
Lanche da tarde	Papinha de fruta: Banana	Papinha de fruta: Melancia	Papinha de fruta: Mamão	Papinha de fruta: Melância	Papinha de fruta: Mamão
Jantar	Canjiquinha com moída e legumes cozidos.	Sopa de feijão com ovos mexidos e legumes cozidos.	Caldo de feijão Purê de Batata doce com carne e legumes	Polenta cremosa Peito de frango com legumes	Canja de frango Caldo de feijão com beterraba
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 09-13 Outubro)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
DE 06 A 12 meses	395,00	61,10	15,18	7,124	

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



3ª Semana	Segunda –Feira 11	Terça –Feira 12	Quarta –Feira 13	Quinta–Feira 14	Sexta – feira 15
Lanche da tarde	Papinha de fruta:	Papinha de fruta: Banana	Papinha de fruta: Melancia	Papinha de fruta: Laranja	Papinha de fruta: Banana
Jantar	Sopa de legumes com carne moída.	Macarronada a bolonhesa e legumes cozidos.	Sopa de mandioca com carne moída e legumes cozidos.	Polenta cremosa com carne moída e legumes.	Canjiquinha com frango e legumes.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 16-20 Outubro)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
DE 06 A 12 meses	361,30	51,30	14,50	7,23	

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 usados 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.