

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JERÔNIMO DA SERRA - PR

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

Cardápio Fevereiro 2024 - Matutino

1ª Semana	Segunda –Feira 05	Terça –Feira 06	Quarta –Feira 07	Quinta–Feira 08	Sexta –Feira 09
Café da manhã	Leite batido com cacau* Biscoito de Polvilho	Leite batido com cacau* Biscoito de arroz com requeijão caseiro	Leite batido com cacau* Biscoito de polvilho	Leite com cacau* Bolo simples com aveia	Leite batido com fruta* Pão com manteiga
Almoço	Arroz branco Feijão Almôndega ao sugo Legumes Salteados Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Tutu de Feijão Batata salteada Omelete colorido Salada mista Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Macarrão com frango desfiado Seleto de legumes Sobremesa:Fruta	Arroz Feijão Purê de batata Cubos de frango assado com cenoura Salada verde Fruta	Arroz colorido Feijão Carne de panela com mandioca Legumes Salteados Salada verde Fruta
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 06-10 Fevereiro)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses De 4 a 10 anos	355,30	52,22	14,00	8,15	

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.

2ª Semana	Segunda –Feira 12	Terça –Feira 13	Quarta –Feira 14	Quinta–Feira 15	Sexta – feira 16
Café da manhã	Chá* Pão francês	Leite com cacau* Bolo fubá	Chá* Pão francês com requeijão	Leite batido com fruta* Biscoito de arroz	Leite com cacau* Biscoito de polvilho
Almoço	Arroz branco Feijão Carne bovina em tiras com legumes Salada verde Sobremesa: laranja	Arroz branco Feijão Carne suína com mandioca Farofa de legumes Salada repolho Sobremesa: banana	Arroz branco Feijão Frango com legumes Purê de batata Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Polenta com carne moída Quirerinha Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Tutu de Feijão Ovos mexidos Legumes salteados Salada verde Sobremesa: Fruta
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 13-17 Fevereiro)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses De 4 -10 anos	358,10	55,05	15,11	8,98	

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.

3ª Semana	Segunda –Feira 19	Terça –Feira 20	Quarta –Feira 21	Quinta–Feira 22	Sexta –Feira 23
Café da manhã	Chá* Pão caseiro	Leite Batido com aveia* Pão francês	Chá* Pão caseiro	Leite batido com cacau* Biscoito de arroz	Leite batido com aveia* Bolo de cacau
Almoço	Arroz branco Feijão Quirerinha com pernil suíno Salada verde Suco de manga*	Arroz branco Feijão Frango com cenoura e abobrinha Salada repolho Sobremesa: mamão	Arroz branco Feijão Escondidinho de mandioca Salada berinjela Sobremesa: laranja	Arroz colorido Feijão Coxa de frango assada com batata Salada verde Sobremesa: manga	Arroz branco Feijão Polenta cremosa à bolonhesa Salada mista Sobremesa: laranja

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 20-24 Fevereiro)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses De 4 a 10 anos	463,09	55,78	16,96	9,02

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 26	Terça –Feira 27	Quarta –Feira 28	Quinta–Feira 29	Sexta –Feira
Café da manhã	Leite batido com cacau* Bolo de fubá	Leite batido com aveia* Biscoito de polvilho	Chá* Pão caseiro com requeijão	Leite de soja* Bolo de milho	
Almoço	Arroz branco Feijão Farofa de couve Carne de panela com legumes Salada mista Sobremesa: Fruta	Arroz Branco Feijão Farofa colorida Quirerinha com carne de panela Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Vaca atolada Salada de vagem com cenoura Sobremesa: laranja	Arroz branco Feijão Musculo com batata e cenoura Salada verde Sobremesa: mamão	

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 27-28 Fevereiro)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	387,82	56,91	16,07	9,51
De 4 a 10 anos				

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.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JERÔNIMO DA SERRA - PR

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

Cardápio Fevereiro 2024 – Vespertino

1ª Semana	Segunda –Feira 05	Terça –Feira 06	Quarta –Feira 07	Quinta–Feira 08	Sexta –Feira 09
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Sopa de letrinha com carne moída e legumes.	Sopa de batata com carne de frango e legumes.	Purê de mandioca com carne moída e legumes.	Canja de galinha com legumes.	Polenta cremosa com frango desfiado e legumes.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 06-10 Fevereiro)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 06 a 11 meses	356,06	55,03	15,96	9,25	

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.

2ª Semana	Segunda –Feira 12	Terça –Feira 13	Quarta –Feira 14	Quinta–Feira 15	Sexta – feira 16
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Sopa de legumes com carne moída	Risoto de pernil desfiado e legumes	Escondidinho de frango desfiado e legumes	Polenta cremosa com musculo e legumes.	Canjiquinha com carne moída e legumes

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 13-17 Fevereiro)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 06 a 11 meses	353,58	52,69	15,02	8,69

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.

3ª Semana	Segunda –Feira 19	Terça –Feira	Quarta –Feira	Quinta–Feira	Sexta –Feira
------------------	-------------------	--------------	---------------	--------------	--------------

Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Sopa de letrinha com carne moída e legumes	Quirerinha com musculo e legumes	Purê de cenoura com frango cubos	Sopa de fubá com frango desfiado e legumes.	Sopa de feijão com carne moída e legumes.

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 20-24 Fevereiro)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 06 a 11 meses	366,32	59,09	15,98	9,03

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 26	Terça –Feira 27	Quarta –Feira 28	Quinta–Feira 29	Sexta –Feira
------------------	-------------------	-----------------	------------------	-----------------	--------------

Lanche da tarde	Fruta	Leite batido com fruta e aveia	Fruta	Fruta	
Jantar	Sopa de legumes com carne de porco desfiada.	Purê de batata com frango desfiado e legumes.	Canja de frango com legumes	Sopa de letrinha com legumes e carne bovina desfiada	

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 27-28 Fevereiro)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 06 a 11 meses	363,53	51,88	15,47	8,02

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.