

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JERÔNIMO DA SERRA - PR

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

**Cardápio Abril – 2024 - Matutino**

<b>1ª Semana</b>	<b>Segunda –Feira 01</b>	<b>Terça –Feira 02</b>	<b>Quarta –Feira 03</b>	<b>Quinta–Feira 04</b>	<b>Sexta –Feira 05</b>
<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, farofa, omelete picadinho e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, kibe amassadinho e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, macarrão com frango desfiado e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, tutu de feijão, carne suína desfiada, legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz com cenoura, feijão, farofa de couve, carne desfiada e legumes cozidos.
<b>Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 01-05 Maio)</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>355,00</b>	<b>53,00</b>	<b>14,05</b>	<b>8,12</b>	

<b>2ª Semana</b>	Segunda –Feira 08	Terça –Feira 09	Quarta –Feira 10	Quinta–Feira 11	Sexta – feira 12
<b>Café da manhã</b>	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	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 com cenoura, feijão, polenta cremosa com carne moída e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, ovos cozidos amassadinho, farofa e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, escondidinho de mandioca com frango desfiado e legumes.	Papinha salgada: Arroz, feijão, quixerinha com carne desfiada e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, tutu de feijão, omelete e legumes cozidos.
<b>Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 08-12 Maio)</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>359,41</b>	<b>56,00</b>	<b>16,00</b>	<b>8,00</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.

<b>3ª Semana</b>	<b>Segunda –Feira 15</b>	<b>Terça –Feira 16</b>	<b>Quarta –Feira 17</b>	<b>Quinta–Feira 18</b>	<b>Sexta –Feira 19</b>
<b>Café da manhã</b>	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	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 com cenoura, Feijão, escondidinho de batata com frango desfiado e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, almôndega picadinha e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, tutu de feijão, batata amassada, ovos mexidos e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, Feijão, frango assado desfiado e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, kibe amassadinho e legumes cozidos.

<b>Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 15-19 Maio)</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>360,09</b>	<b>53,21</b>	<b>16,00</b>	<b>8,00</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.

<b>4ª Semana</b>	<b>Segunda –Feira 22</b>	<b>Terça –Feira 23</b>	<b>Quarta –Feira 24</b>	<b>Quinta–Feira 25</b>	<b>Sexta –Feira 26</b>
<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, Feijão, carne de panela desfiada, farofa e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, Feijão, farofa colorida, macarrão com carne moída e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, Feijão, carne de panela com legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, purê de batatinha com frango desfiado e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, escondidinho de mandioca com frango desfiado e legumes cozidos.

**Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 22-26 Maio)**

<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>360,00</b>	<b>54,67</b>	<b>17,00</b>	<b>8,00</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.

5ª Semana	Segunda –Feira 29	Terça –Feira 30	Quarta –Feira	Quinta–Feira	Sexta –Feira	
<b>Café da manhã</b>	Mingau de aveia*	Papinha de fruta				
<b>Lanche da manhã</b>	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)				
<b>Almoço</b>	Papinha salgada: Arroz com cenoura, Feijão, carne de panela desfiada, farofa e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, Feijão, farofa colorida, quixerinha, carne suína desfiada e legumes cozidos.				
<b>Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 29-31 Maio)</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>357,09</b>	<b>53,00</b>	<b>15,78</b>	<b>7,99</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.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JERÔNIMO DA SERRA - PR

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

**Cardápio Maio 2024 – Vespertino**

<b>1ª Semana</b>	<b>Segunda –Feira 01</b>	<b>Terça –Feira 02</b>	<b>Quarta –Feira 03</b>	<b>Quinta–Feira 04</b>	<b>Sexta –Feira 05</b>
<b>Lanche da tarde</b>	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta
<b>Jantar</b>	Sopa de mandioca com carne bovina e legumes cozidos.	Polenta cremosa com carne moída.	Purê de batata com carne moída e legumes.	Canja de galinha com legumes.	
<b>Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 01-05 Maio)</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>353,04</b>	<b>60,12</b>	<b>16,08</b>	<b>8,00</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 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.

<b>2ª Semana</b>	<b>Segunda –Feira 08</b>	<b>Terça –Feira 09</b>	<b>Quarta –Feira 10</b>	<b>Quinta–Feira 11</b>	<b>Sexta – feira 12</b>
<b>Lanche da tarde</b>	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Papinha de fruta
<b>Jantar</b>	Sopa de legumes com frango desfiado	Risoto de carne desfiada e legumes	Escondidinho de mandioca com frango desfiado e legumes	Polenta cremosa com carne moída e legumes.	Canjiquinha com carne suína e legumes
<b>Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 08-12 Maio)</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>358,09</b>	<b>55,01</b>	<b>16,10</b>	<b>8,70</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 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.

<b>3ª Semana</b>	Segunda –Feira 15	Terça –Feira 16	Quarta –Feira 17	Quinta–Feira 18	Sexta –Feira 19
<b>Lanche da tarde</b>	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta
<b>Jantar</b>	Canja de galinha com legumes.	Quirerinha com carne suína e legumes.	Sopa de legumes com carne bovina.	Sopa de fubá com frango desfiado e legumes.	Sopa de feijão com frango e legumes.

**Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 15-19 Maio)**

<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>365,60</b>	<b>65,30</b>	<b>16,99</b>	<b>9,50</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 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.

<b>4ª Semana</b>	<b>Segunda –Feira 22</b>	<b>Terça –Feira 23</b>	<b>Quarta –Feira 24</b>	<b>Quinta–Feira 25</b>	<b>Sexta –Feira 26</b>	
<b>Lanche da tarde</b>	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	
<b>Jantar</b>	Sopa de feijão com carne moída e legumes.	Purê de batata com frango desfiado e legumes.	Sopa de mandioca com carne bovina e legumes cozidos.	Polenta cremosa com ovos mexidos e legumes.	Macarronada com carne moída e legumes cozidos.	
<b>Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 22-26 Maio)</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 6 A 12 MESES</b>			<b>353,00</b>	<b>52,80</b>	<b>15,23</b>	<b>8,21</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 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.

5ª Semana	Segunda –Feira 29	Terça –Feira 30	Quarta –Feira	Quinta–Feira	Sexta –Feira
<b>Lanche da tarde</b>	Papinha de fruta	Mingau de aveia*			
<b>Jantar</b>	Sopa de feijão com carne moída e legumes.	Purê de batata com frango desfiado e legumes.			

<b>Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 29-31 Maio)</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 6 A 12 MESES</b>	<b>353,00</b>	<b>52,80</b>	<b>15,23</b>	<b>8,21</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 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.