

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JERÔNIMO DA SERRA - PR

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

**Cardápio Maio 2024 - Matutino**

<b>1ª Semana</b>	<b>Segunda –Feira</b>	<b>Terça –Feira</b>	<b>Quarta –Feira 01</b>	<b>Quinta–Feira 02</b>	<b>Sexta –Feira 03</b>
<b>Café da manhã</b>			FERIADO	Leite com cacau* Bolo de cenoura	Leite batido com frutas* Pão com requeijão caseiro
<b>Almoço</b>			FERIADO	Arroz branco Tutu de feijão Carne suína assada com batata doce Salada mista Sobremesa: Fruta	Arroz com cenoura Feijão Farofa de couve Frango com creme de milho Salada verde Sobremesa: Suco de fruta
<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 01 ano a 03 anos e 11 meses</b>	<b>356,00</b>	<b>53,02</b>	<b>14,65</b>	<b>8,30</b>	

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.

<b>2ª Semana</b>	<b>Segunda –Feira 06</b>	<b>Terça –Feira 07</b>	<b>Quarta –Feira 08</b>	<b>Quinta–Feira 09</b>	<b>Sexta – feira 10</b>
<b>Café da manhã</b>	Leite com cacau* Biscoito de maisena caseiro	Leite batido com aveia* Bolo de cacau	Leite com cacau* Pão com manteiga	Leite batido com fruta* Biscoito de arroz	Leite com cacau* Biscoito de polvilho caseiro
<b>Almoço</b>	Arroz com cenoura Feijão Polenta cremosa PTN de soja ao sugo Salada mista Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Ovos cozidos Farofa de legumes Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Escondidinho de mandioca com frango desfiado Seleta de legumes Sobremesa: Salada de fruta	Arroz branco Feijão Quirerinha com carne suína Seleta de legumes Suco de Fruta	Arroz branco Tutu de feijão com lingüiça toscana e ovo Legumes salteados Salada verde Sobremesa: Fruta
<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 01 ano a 03 anos e 11 meses</b>	<b>357,21</b>	<b>53,02</b>	<b>15,00</b>	<b>8,00</b>	

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.

<b>3ª Semana</b>	<b>Segunda –Feira 13</b>	<b>Terça –Feira 14</b>	<b>Quarta –Feira 15</b>	<b>Quinta–Feira 16</b>	<b>Sexta –Feira 17</b>
<b>Café da manhã</b>	Leite batido com aveia* Pão de queijo caseiro	Leite batido com cacau e aveia* Biscoito de Polvilho	Leite batido com cacau* Biscoito de arroz cm requeijão caseiro	Leite batido com cacau* Bolacha de maisena caseira	Leite batido com aveia* Bolo de cenoura
<b>Almoço</b>	Arroz com cenoura Feijão Escondidinho de batata com frango desfiado Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Almôndega ao sugo Legumes salteados Salada mista Suco de fruta	Arroz branco Tutu de feijão Batata doce salteada Ovos mexidos Salada mista Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Nhoque ao molho de frango Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Kibe assado Farofa de couve Salada verde Sobremesa: Fruta

<b>Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 15-19 Maiol)</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 01 ano a 03 anos e 11 meses</b>	<b>363,10</b>	<b>53,00</b>	<b>15,90</b>	<b>9,00</b>

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.

<b>4ª Semana</b>	<b>Segunda –Feira 20</b>	<b>Terça –Feira 21</b>	<b>Quarta –Feira 22</b>	<b>Quinta–Feira 23</b>	<b>Sexta –Feira 24</b>
<b>Café da manhã</b>	Leite batido com aveia* Bolo de cacau	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
<b>Almoço</b>	Arroz branco Feijão Creme de cabotiá com frango e batata doce Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Legumes na manteiga Macarronada com carne moída Salada mista Sobremesa: Fruta	Arroz colorido Feijão Carne de panela com legumes Salada verde Sobremesa: Suco de fruta	Arroz branco Feijão Purê de batata Frango ao molho Salada mista Sobremesa: Fruta	Arroz Branco Feijão Escondidinho de mandioca com frango desfiado Seleta verde Sobremesa: Fruta

**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 01 ano a 03 anos e 11 meses</b>	<b>367,00</b>	<b>55,00</b>	<b>15,00</b>	<b>9,00</b>

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.

5ª Semana	Segunda –Feira 27	Terça –Feira 28	Quarta –Feira 29	Quinta–Feira 30	Sexta –Feira 31
<b>Café da manhã</b>	Leite batido com cacau* Bolo de cenoura	Leite batido com aveia Pão de queijo caseiro	Leite batido com cacau* Bolacha de maisena caseira		
<b>Almoço</b>	Arroz com cenoura Feijão Farofa de couve Carne de panela com legumes Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Farofa colorida Quirerinha com Carne suína Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Farofa colorida Omelete Salada verde Sobremesa: Suco de fruta		

**Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 29-31 Maio)**

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	367,00	55,00	15,00	9,00

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.

**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</b>	<b>Terça –Feira</b>	<b>Quarta –Feira 01</b>	<b>Quinta–Feira 02</b>	<b>Sexta –Feira 03</b>
<b>Lanche da tarde</b>			FERIADO	Fruta	FRUTA
<b>Jantar</b>			FERIADO	Risoto de frango desfiado com legumes.	Sopa de mandioca com carne PTN de soja e legumes.

**Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 01-05 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 01 ano a 03 anos e 11 meses</b>	<b>350,03</b>	<b>54,00</b>	<b>15,10</b>	<b>9,00</b>

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.

<b>2ª Semana</b>	Segunda –Feira 06	Terça –Feira 07	Quarta –Feira 08	Quinta–Feira 09	Sexta – feira 10
<b>Lanche da tarde</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>Jantar</b>	Sopa de fubá com carne desfiada e legumes.	Creme de cabotíá com frango.	Caldo verde com músculo desfiado.	Polenta cremosa com carne moída e legumes.	Canjiquinha com carne suína e legumes.

**Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 08-12 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 01 ano a 03 anos e 11 meses</b>	<b>355,00</b>	<b>53,10</b>	<b>15,54</b>	<b>8,20</b>

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.

<b>3ª Semana</b>	<b>Segunda –Feira 13</b>	<b>Terça –Feira 14</b>	<b>Quarta –Feira 15</b>	<b>Quinta–Feira 16</b>	<b>Sexta –Feira 17</b>
<b>Lanche da tarde</b>	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	
<b>Jantar</b>	Sopa de fubá com carne moída e legumes.	Sopa de feijão com carne desfiada e legumes.	Sopa de legumes com carne bovina desfiada.	Risoto de frango desfiado e legumes.	Sopa de legumes com PTN texturizada de soja.
<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 01 ano a 03 anos e 11 meses</b>		<b>360,02</b>	<b>57,09</b>	<b>15,32</b>	<b>9,21</b>

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.

<b>4ª Semana</b>	Segunda –Feira 20	Terça –Feira 21	Quarta –Feira 22	Quinta–Feira 23	Sexta –Feira 24
<b>Lanche da tarde</b>	Fruta	Leite batido com fruta e aveia	Fruta	Fruta	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 01 ano a 03 anos e 11 meses</b>		<b>354,64</b>	<b>52,90</b>	<b>15,98</b>	<b>8,45</b>

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.

5ª Semana	Segunda –Feira 27	Terça –Feira 28	Quarta –Feira 29	Quinta–Feira 30	Sexta –Feira 31
<b>Lanche da tarde</b>	Fruta	Leite batido com fruta e aveia	Fruta	FERIADO	FERIADO
<b>Jantar</b>	Sopa de feijão com carne moída e legumes.	Sopa de macarrão com carne desfiada e legumes.	Canja de galinha e legumes.	FERIADO	FERIADO

<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 01 ano a 03 anos e 11 meses</b>	<b>355,00</b>	<b>53,01</b>	<b>15,33</b>	<b>8,15</b>

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.