

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JERÔNIMO DA SERRA - PR

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

Cardápio Junho – 2024 - Matutino

1ª Semana	Segunda –Feira 03	Terça –Feira 04	Quarta –Feira 05	Quinta–Feira 06	Sexta –Feira 07
Café da manhã	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta
Lanche da manhã	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)
Almoço	Papinha salgada: arroz, feijão e sopa de mandioca com legumes.	Papinha salgada: arroz, feijão, carne moída e legumes.	Papinha salgada: arroz, feijão, almôndegas com legumes.	Papinha salgada: Arroz, feijão, farofa colorida, ovos mexidos e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, coxa de frango desfiada e legumes cozidos.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 01-02 Junho)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
DE 06 A 12 meses	356,00	54,00	14,96	8,22	

2ª Semana	Segunda –Feira 10	Terça –Feira 11	Quarta –Feira 12	Quinta–Feira 13	Sexta – feira 14
Café da manhã	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta
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, carne moída e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, ovos cozidos amassadinho, farofa e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, carne de panela desfiada e legumes cozidos.	Papinha salgada: arroz, feijão, ovos e legumes.	Papinha salgada: arroz, feijão, frango e legumes.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 05-09 Junho)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
DE 06 A 12 meses	358,04	55,00	15,00	7,70	

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.

3ª Semana	Segunda –Feira 17	Terça –Feira 18	Quarta –Feira 19	Quinta–Feira 20	Sexta –Feira 21
Café da manhã	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta
Lanche da manhã	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)
Almoço	Papinha salgada: Arroz, feijão, macarrão a bolonhesa 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.

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 12-16 Junho)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
DE 06 A 12 meses	356,09	50,21	14,80	7,51

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.

4ª Semana	Segunda –Feira 24	Terça –Feira 25	Quarta –Feira 26	Quinta–Feira 27	Sexta –Feira 28
Café da manhã	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Mingau de aveia*
Lanche da manhã	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)
Almoço	Papinha salgada: Arroz com cenoura, feijão, carne moída, canjiquinha e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, Feijão, farofa colorida, macarrão com frango desfiado e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, Feijão, carne de panela desfiada 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: 19-23 Junho)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
DE 06 A 12 meses	355,04	51,67	14,50	7,00

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.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JERÔNIMO DA SERRA - PR

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

Cardápio junho 2024 – Vespertino

1ª Semana	Segunda –Feira 03	Terça –Feira 04	Quarta –Feira 05	Quinta–Feira 06	Sexta –Feira 07
Lanche da tarde	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta
Jantar	Polenta cremosa com frango e legumes.	Canjiquinha com pernil suíno e legumes.	Sopa de legumes com carne bovina desfiada.	Sopa de feijão com carne moída e legumes.	Risoto de frango com legumes.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 01-02 Junho)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
DE 06 A 12 meses	350,02	58,00	14,08	7,50	

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.

2ª Semana	Segunda –Feira 10	Terça –Feira 11	Quarta –Feira 12	Quinta–Feira 13	Sexta – feira 14
Lanche da tarde	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Mingau de aveia*		
Jantar	Sopa de fubá com carne desfiada e legumes.	Sopa de legumes com ovo mexido.	Sopa de macarrão com carne desfiada e legumes.	Canja de galinha e legumes.	Polenta cremosa com músculo e legumes.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 05-09 Junho)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária		Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
DE 06 A 12 meses		355,00	51,01	14,90	7,90

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.

3ª Semana	Segunda –Feira 17	Terça –Feira 18	Quarta –Feira 19	Quinta–Feira 20	Sexta –Feira 21
Lanche da tarde	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta
Jantar	Macarrão com carne moída e legumes.	Canjiquinha com pernil suíno e legumes.	Sopa de legumes com carne bovina desfiada.	Risoto de frango desfiado e legumes.	Canja de galinha com legumes.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 12-16 Junho)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária		Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
DE 06 A 12 meses		360,04	60,30	14,99	8,10

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.

4ª Semana	Segunda –Feira 24	Terça –Feira 25	Quarta –Feira 26	Quinta–Feira 27	Sexta –Feira 28
Lanche da tarde	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de 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: 19-23 Junho)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária		Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
DE 6 A 12 MESES		350,00	50,90	14,00	7,21

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.