



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JERÔNIMO DA SERRA - PR
PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA
NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

Cardápio NOVEMBRO 2025 - Matutino

1ª Semana	Segunda-feira 03	Terça-feira 04	Quarta –Feira 05	Quinta–Feira 06	Sexta –Feira 07
Café da manhã	Leite com aveia* Biscoito de polvilho	Chá* Bolo de cacau com aveia	Leite com cacau* Bolacha caseira	Chá * Pão com requeijão	Leite batido com cacau* Bolo de fubá
Almoço	Arroz branco Feijão preto Virado de frango com legumes Salada de alface com tomate Sobremesa: banana	Arroz branco Feijão Bife em tiras com mandioca sauté Salada de legumes e folhas Sobremesa: laranja	Arroz branco Feijoada fake Farofa de alho com cebola Vinagrete de tomate Salada de folhas Sobremesa: melancia	Arroz branco Feijão Bife em tiras com grão de bico e abóbora Salada de tomate Sobremesa: poncã	Arroz branco Feijão Frango assado com legumes Macarrão alho e óleo Salada verde Sobremesa: Suco de uva

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 03-07 novembro)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	354,32	67,85	15,21	7,88



2ª Semana	Segunda –Feira 10	Terça –Feira 11	Quarta –Feira 12	Quinta–Feira 13	Sexta –feira 14
Café da manhã	Leite com cacau* Biscoito de aveia caseiro	Leite batido com aveia* Bolo de cacau	Chá * Pão caseiro com aveia	Leite com café Pão de leite	Chá* Bolo de fubá
Almoço	Arroz branco Feijão Polenta cremosa Frango ao sugo com legumes Salada verde Sobremesa: uva	Arroz branco Feijoada fake Couve refogada Farofa colorida Salada mista Sobremesa: laranja	Arroz branco Feijão Pernil de panela com batata e legumes Legumes salteados Sobremesa: Salada de fruta	Arroz colorido Feijão preto Creme de mandioca com frango Salada de legumes Sobremesa: poncã	Arroz branco Feijão Lasanha de frango Legumes na manteiga Salada de folhas Sobremesa: Uva
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 10-14 novembro)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	325,20	65,33	15,41	8,02	



3ª Semana	Segunda –Feira 17	Terça –Feira 18	Quarta –Feira 19	Quinta–Feira 20	Sexta –Feira 21
Café da manhã	Leite batido com aveia* Pão de caseiro	Leite batido com cacau * Bolo de banana com aveia	Chá * Pão de aveia com passas	FERIADO	RECESSO
Almoço	Arroz branco Feijão Macarrão chines Salada verde com beterraba Sobremesa: poncã	Arroz branco Feijão Escondidinho de mandioca com frango Salada de folhas e frutas Suco de maracujá	Arroz branco Tutu de feijão com pernil e ovos Batata salteada Farofa de couve Salada mista Sobremesa: melancia	FERIADO	RECESSO

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 17-19 novembro)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	336,20	62,30	15,85	7,66



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2025/2028



4ª Semana	Segunda –Feira 24	Terça –Feira 25	Quarta –Feira 26	Quinta–Feira 27	Sexta –Feira 28
Café da manhã	Leite com café * Biscoito de polvilho	Leite batido com cacau* Bolo de aveia	Chá* Pão de leite	Leite batido com fruta* Bolo de fubá	Chá * Pão caseiro com requeijão caseiro
Almoço	Arroz com cenoura Feijão Pernil de panela de pressão Canjiquinha Salada verde Sobremesa: uva	Arroz branco Feijão Farofa colorida Frango de panela com batata Salada de legumes Sobremesa: poncã	Arroz branco Feijão Pernil com legumes e mandioca sauté Salada de folhas Sobremesa: melancia	Arroz branco Feijão Purê de batata Frango ao molho Salada cenoura, beterraba Sobremesa: banana	Arroz Branco Feijão preto Creme de abóbora com frango e tomate Salada de repolho com cenoura Sobremesa: melancia

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 acrescentadas de açúcar.

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 20-24 novembro)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	322,04	62,90	15,66	7,87



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JERÔNIMO DA SERRA - PR

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

Cardápio Novembro 2025 – Vespertino

1ª Semana	Segunda –Feira 03	Terça –Feira 04	Quarta –Feira 05	Quinta–Feira 06	Sexta –Feira 07
	Bolo de cacau com aveia* Suco de uva integral	Espaguete á bolonhesa Sobremesa: banana	Torta de carne com tomate Sobremesa: Suco de uva integral	Fusilli ao sugo com frango e legumes Sobremesa: laranja	Bolo de maracujá com aveia* Suco de laranja Sobremesa: banana
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 03-07 novembro)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	371,14	54,33	14,99	7,87	



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA
Gestão 2025/2028



2ª Semana	Segunda –Feira 10	Terça –Feira 11	Quarta –Feira 12	Quinta–Feira 13	Sexta – feira 14
	Creme de mandioca com frango Salada verde Sobremesa: uva	Canja de frango com legumes Sobremesa: mamão com leite em pó	Bolo de amendoim* Leite com cacau* Sobremesa: banana	Risoto de pernil com legumes Salada de alface Sobremesa: poncã	Creme de ninho com amendoim* Sobremesa: maçã
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 10-14 novembro)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	359,22	56,32	15,85	8,21	



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA
Gestão 2025/2028



3ª Semana	Segunda –Feira 17	Terça –Feira 18	Quarta –Feira 19	Quinta–Feira 20	Sexta –Feira 21
	Vitamina de banana com maracujá* Bolo de cacau com aveia*	Frango de panela ao sugo Polenta cremosa Salada verde Sobremesa: melancia	Pão doce com aveia Suco de maracujá*	FERIADO	RECESSO
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 17-19 novembro)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária		Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses		327,25	53,87	15,33	7,89



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2025/2028



4ª Semana	Segunda –Feira 24	Terça –Feira 25	Quarta –Feira 26	Quinta–Feira 27	Sexta –Feira 28
	Sopa Minestra (batata, carne, couve, feijão, macarrão) Sobremesa: banana	Creme de milho com frango Salada verde Sobremesa: poncan	Pão de batata Leite com cacau* Sobremesa: maçã	Bolo de aveia com passas* Leite de soja sabor uva* Sobremesa: melancia	Mingau de aveia* Sobremesa: banana com mamão

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 acrescentadas de açúcar

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 24-28 novembro)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	351,02	55,41	15,69	7,76