



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

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	Banana com farelo de aveia	Mamão com leite em pó	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 com carne moída e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, canjiquinha com carne tiras e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, frango com batata e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, bife em tiras e creme de abobrinha	Papinha salgada: Arroz, feijão, macarrão alho e óleo, frango desfiado e legumes cozidos.
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 06 A 12 meses	329,00	53,00	14,01	7,01	



2ª Semana	Segunda –Feira 10	Terça –Feira 11	Quarta –Feira 12	Quinta–Feira 13	Sexta –Feira 14
Café da manhã	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta
Lanche da manhã	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Mamadeira (Fórmula Infantil)
Almoço	Papinha salgada: Arroz com cenoura, feijão, polenta cremosa com frango desfiado e legumes.	Papinha salgada: Arroz, feijão preto com pernil, couve refogada e legumes	Papinha salgada: Arroz, feijão, carne de panela desfiada e legumes	Papinha salgada: Arroz, feijão purê de batatas, carne moída com e legumes.	Papinha salgada: Arroz, feijão creme de batata, carne desfiada com e legumes.

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.

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 06 A 12 meses	350,02	52,30	14,20	7,15



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA
Gestão 2025/2028



3ª Semana	Segunda –Feira 17	Terça –Feira 18	Quarta –Feira 19	Quinta–Feira 16	Sexta – feira 17
Café da manhã	Papinha de frutas	Papinha de frutas	Papinha de frutas	FERIADO	RECESSO
Lanche da manhã	Mamadeira (fórmula infantil de seguimento)	Mamadeira (fórmula infantil de seguimento)	Mamadeira (fórmula infantil de seguimento)	FERIADO	RECESSO
Almoço	Papinha salgada: arroz, feijão, macarrão e bife picadinho, legumes refogados.	Papinha salgada: Arroz, feijão purê de batatas, carne moída com e legumes.	Papinha salgada: Arroz, feijão, canjiquinha com pernil desfiado e legumes.	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 06 A 12 meses	369,00	53,02	14,10	7,88	



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 frutas	Mingau de aveia*	Papinha de frutas	Mingau de aveia*
Lanche da manhã	Mamadeira (fórmula infantil de seguimento)	Mamadeira (fórmula infantil de seguimento)	Mamadeira (fórmula infantil de seguimento)	Mamadeira (fórmula infantil de seguimento)	Mamadeira (fórmula infantil de seguimento)
Almoço	Papinha salgada: Arroz, feijão, canjiquinha com pernil e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão com frango desfiado, batata e legumes.	Papinha salgada: Arroz, feijão, mandioca cozida com carne e legumes.	Papinha salgada: Arroz, feijão purê de batatas, frango desfiado com e legumes.	Papinha salgada: Arroz, feijão preto, creme de abóbora com frango.
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 06 A 12 meses	388,00	54,01	14,22	7,89	

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.



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
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
Lanche da tarde	Banana com farelo de aveia	Mamão com leite em pó	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta
Jantar	Polenta cremosa com carne moída e legumes	Quirerinha com frango desfiado e cenoura	Sopa de macarrão com carne desfiada e legumes.	Sopa de feijão com carne moída e legumes.	Creme de batata com frango e legumes.
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 06 A 12 meses	358,03	53,65	15,21	7,99	

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.



2ª Semana	Segunda –Feira 10	Terça –Feira 11	Quarta –Feira 12	Quinta–Feira 13	Sexta –Feira 14
Lanche da tarde	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de frutas
Jantar	Polenta cremosa com frango e legumes.	Purê de batata com bife em tiras desfiado e legumes.	Sopa de mandioca com carne bovina e legumes cozidos.	Creme de espinafre com carne moída.	Creme de abóbora com frango desfiado

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.

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 6 A 12 MESES	353,09	54,90	14,90	7,31



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
Lanche da tarde	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	FERIADO	RECESSO
Jantar	Sopa de feijão com carne moída e legumes.	Canja de frango com legumes	Polenta cremosa com carne moída e legumes	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 06 A 12 meses	332,87	54,01	14,84	7,85	



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
Lanche da tarde	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Mingau de aveia*
Jantar	Sopa carne em tirar com macarrão e legumes.	Sopa de grão de bico com carne e cenoura	Creme de beterraba com carne moída e cebolinha	Sopa de feijão com carne moída e legumes.	Sopa de letrinha com frango desfiado e legumes

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 06 A 12 meses	331,98	53,20	15,32	8,02

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.