



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

Cardápio DEZEMBRO 2025 - Matutino

1ª Semana	Segunda-feira 01	Terça-feira02	Quarta –Feira 03	Quinta–Feira 04	Sexta –Feira 05
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 Costela bovina com quirera Salada de alface com tomate Sobremesa: banana	Arroz branco Feijão Farofa de pernil com toscana 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 mandioca Salada de tomate Sobremesa: poncã	Arroz branco Feijão Pernil assado com batata à dorê Macarronese Farofa simples Salada verde Sobremesa: Suco de uva

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 01-05 dezembro)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	463,99	66,36	15,39	7,14
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	498,28	68,89	16,57	8,63



2ª Semana	Segunda –Feira 08	Terça –Feira 09	Quarta –Feira 10	Quinta–Feira 11	Sexta – feira 12
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: 08-12 dezembro)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	400,29	64,87	15,25	7,58	
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	489,87	79,99	16,01	8,24	



3ª Semana	Segunda –Feira 15	Terça –Feira 16	Quarta –Feira 17	Quinta–Feira 18	Sexta –Feira 19
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	Chá* Pão de leite	Leite com café * Bolacha caseira de cacau*
Almoço	Arroz branco Feijão Macarrão chinês 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	Arroz branco Feijão Pernil com legumes e mandioca sauté Salada de folhas Sobremesa: melancia	Arroz branco Feijão Farofa colorida Frango de panela com batata Salada de legumes Sobremesa: poncã

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:15-19 dezembro)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	415,32	62,30	15,14	7,34
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	492,87	66,74	16,96	8,53



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

Cardápio DEZEMBRO 2025 – Vespertino

1ª Semana	Segunda –Feira 01	Terça –Feira 02	Quarta –Feira 03	Quinta–Feira 04	Sexta –Feira 05
	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 Chá gelado Sobremesa: banana
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 01-05 dezembro)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	381,00	53,01	14,00	7,07	
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	446,00	61,03	15,03	8,19	



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA
Gestão 2025/2028



2ª Semana	Segunda –Feira 08	Terça –Feira 09	Quarta –Feira 10	Quinta–Feira 11	Sexta – feira 12
	Creme de mandioca com frango Salada verde Sobremesa: uva	Canja de frango com legumes Sobremesa: mamão com leite em pó	Bolo de amendoim Chá Sobremesa: banana	Risoto de pernil com legumes Salada de alface Sobremesa: poncã	Canjica com amendoim Sobremesa: maçã
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 08-12 dezembro)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	367,03	55,17	15,09	7,85	
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	478,20	60,96	16,02	8,93	



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA
Gestão 2025/2028



3ª Semana	Segunda –Feira 15	Terça –Feira 16	Quarta –Feira 17	Quinta–Feira 18	Sexta –Feira 19
	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*	Lasanha à bolonhesa Arroz branco Salada verde Sobremesa: laranja	Creme de milho Frango ao molho desfiado Sobremesa: uva

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: 15-19 dezembro)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	352,88	54,28	15,97	7,94
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	461,21	57,69	16,12	8,71



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2025/2028

