



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

Cardápio Março – 2026 Matutino

1ª Semana	Segunda –Feira	Terça –Feira	Quarta –Feira 01	Quinta–Feira 02	Sexta –Feira 03
Café da manhã			Papinha de fruta		
Lanche da manhã			Mamadeira (Fórmula Infantil)		
Almoço			Papinha salgada: Arroz, feijão, lombo desfiado com batata e tomate purê.		
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 01 abril)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
DE 06 A 12 meses	279,00	53,01	14,88	8,69	



2ª Semana	Segunda –Feira 06	Terça –Feira 07	Quarta –Feira 08	Quinta–Feira 09	Sexta –Feira 10
Café da manhã	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Mingua de aveia*	Papinha de fruta
Lanche da manhã	Papinha de frutas	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Mamadeira (Fórmula Infantil)
Almoço	Papinha salgada: Arroz com cenoura, feijão, mix de batatas purê e carne desfiada.	Papinha salgada: Arroz, feijão, lombo desfiado e legumes	Papinha salgada: Arroz, feijão, carne de panela desfiada e legumes	Papinha salgada: Arroz, feijão purê de mandioca, carne desfiada com e legumes.	Papinha salgada: Arroz, feijão creme de batata, frango desfiado 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: 06-10 abril)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
DE 06 A 12 meses	310,41	53,25	14,38	8,09



3ª Semana	Segunda –Feira 13	Terça –Feira 14	Quarta –Feira 15	Quinta–Feira 16	Sexta – feira 17
Café da manhã	Papinha de frutas	Papinha de frutas	Papinha de frutas	Papinha de frutas	Papinha de frutas
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, macarrão e bife picadinho, legumes refogados.	Papinha salgada: Arroz, feijão purê de batatas, carne moída com e legumes.	Papinha salgada: Arroz, feijão, couve picadinha e carne suína desfiada e legumes.	Papinha salgada: Arroz, feijão, canjiquinha com pernil desfiado e legumes.	Papinha salgada: Arroz, feijão macarrão com frango desfiado e legumes.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 13-17 abril)					
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 20	Terça –Feira 21	Quarta –Feira 22	Quinta–Feira 23	Sexta – feira 24
Café da manhã	RECESSO	FERIADO	Mingau de aveia*	Papinha de frutas	Mingau de aveia*
Lanche da manhã	RECESSO	FERIADO	Mamadeira (fórmula infantil de seguimento)	Mamadeira (fórmula infantil de seguimento)	Mamadeira (fórmula infantil de seguimento)
Almoço	RECESSO	FERIADO	Papinha salgada: Arroz, feijão macarrão com almondega picada e legumes.	Papinha salgada: Arroz, feijão purê de batatas, frango desfiado com e legumes.	Papinha salgada: Arroz, feijão preto, carne moída com legumes.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 22-24 abril)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
DE 06 A 12 meses	277,02	54,11	14,87	8,19	



5ª Semana	Segunda –Feira 27	Terça –Feira 28	Quarta –Feira 29	Quinta–Feira 30	Sexta –Feira
Café da manhã	Papinha de frutas	Mingau de aveia*	Mamão com leite em pó	Banana com aveia	
Lanche da manhã	Fórmula infantil de seguimento	Fórmula infantil de seguimento	Fórmula infantil de seguimento	Fórmula infantil de seguimento	
Almoço	Papinha salgada: feijão amassado, arroz, musculo desfiado com legumes Sobremesa: mamão	Papinha salgada: Feijão amassado, arroz, frango desfiado com macarrão e cenoura Sobremesa: banana	Papinha salgada: Feijão amassado, arroz, carne moída com cenoura Sobremesa: melancia	Papinha salgada: Feijão amassado, arroz, purê de batata carne moída com legumes. Sobremesa: laranja	

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:27-30 ABRIL)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
DE 06 A 12 meses	303,86	54,39	15,43	8,17



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA
NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

Cardápio Abril 2026 – Vespertino

1ª Semana	Segunda –Feira	Terça –Feira	Quarta –Feira 01	Quinta–Feira 02	Sexta –Feira 03
Lanche da tarde			Papinha de fruta	RECESSO	FERIADO
Jantar			Sopa de macarrão com músculo desfiado e legumes.	RECESSO	FERIADO
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 01 abril)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
DE 06 A 12 meses	281,62	52,83	14,91	8,49	

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.



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA
Gestão 2025/2028



2ª Semana	Segunda –Feira 06	Terça –Feira 07	Quarta –Feira 08	Quinta–Feira 09	Sexta –Feira 10
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 frango desfiado e legumes.	Sopa de mandioca com carne bovina e legumes cozidos.	Sopa de legumes 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:06-10 ABRIL)

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 13	Terça –Feira 14	Quarta –Feira 15	Quinta–Feira 16	Sexta – feira 17
Lanche da tarde	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta
Jantar	Sopa de feijão com carne moída e legumes.	Canja de frango com legumes	Purê de mandioquinha com lombinho e legumes	Sopa de letrinha com frango desfiado	Consomê de gema com legumes
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 13-17 ABRIL)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
DE 06 A 12 meses	317,52	54,73	14,51	7,79	



4ª Semana	Segunda –Feira 20	Terça –Feira 21	Quarta –Feira 22	Quinta–Feira 23	Sexta – feira 24
Lanche da tarde	RECESSO	FERIADO	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Mingau de aveia*
Jantar	RECESSO	FERIADO	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: 22-24 ABRIL)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
DE 06 A 12 meses	293,95	52,55	14,83	8,03	



5ª Semana	Segunda –Feira 27	Terça –Feira 28	Quarta –Feira 29	Quinta–Feira 30	Sexta –Feira
Lanche da tarde	Mamão com leite em pó	Banana com aveia	Papinha de fruta	Mingau de aveia	
Jantar	Creme de abóbora com musculo	Sopa de letrinhas com carne e legumes	Sopa de feijão com musculo e legumes	Canja de galinha	

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: 27-30 ABRIL)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
DE 6 A 12 MESES	287,36	60,31	14,14	7,63