



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2025/2028



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

Cardápio JULHO 2026 - Matutino

1ª Semana	Segunda –Feira	Terça –Feira	Quarta –Feira 01	Quinta–Feira 02	Sexta –Feira 03
Café da manhã			Chá * Bisnaguinha caseira	Chá * Bolo de fubá	Leite cremoso com cacau* Pão com requeijão
Almoço			Arroz branco Feijoadade fake Farofa de couve Vinagrete de tomate Sobremesa: maçã	Arroz branco Feijão Farofa colorida fria Frango ao molho com abobrinha Salada mista Sobremesa: banana	Arroz branco Feijão Patinho cubos com pimentão Macarrão alho e óleo Salada verde Sobremesa: laranja

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 01-03 Julho)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	380,47	56,20	14,49	7,23
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	451,28	59,33	15,97	8,54



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
Café da manhã	Chá erva-doce * Bolo de cenoura	Leite batido com aveia* Bisnaguinha caseira	Leite batido com cacau* Pão com manteiga	Chá de maçã com canela* Bolo de fubá	Café com leite* Bolacha de polvilho caseira
Almoço	Arroz com cenoura Feijão Canjiquinha com costela suína Salada mista Sobremesa: banana	Arroz branco Feijão Farofa colorida Macarronada ao sugo com frango desfiado Salada verde Sobremesa: maçã	Arroz branco Feijão Omelete de forno com legumes e queijo Salada verde Sobremesa: laranja	Arroz branco Feijão Polenta cremosa Frango ao molho Salada mista Sobremesa: banana	Arroz branco Feijão Torta madaleine com carne moída e mussarela Salada verde Sobremesa: poncã

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 06-10 Julho)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	373,58	59,27	15,36	7,26
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	465,39	58,93	16,82	8,87



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
Café da manhã	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS
Almoço	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS

4ª Semana	Segunda –Feira 20	Terça –Feira 21	Quarta –Feira 22	Quinta–Feira 23	Sexta –Feira 24
Café da manhã	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS
Almoço	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2025/2028



5ª Semana	Segunda –Feira 27	Terça –Feira 28	Quarta –Feira 29	Quinta–Feira 30	Sexta –Feira 31
Café da manhã	Chá * Bolo de cenoura	Café com leite* Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau* Pão com doce de abóbora	Chá* Bolo de laranja	Leite com café* Bolacha caseira de polvilho
Almoço	Arroz branco Feijão Pernil assado com legumes e batata Farofa de couve Salada verde Sobremesa: laranja	Arroz branco Feijão Peito de frango em cubos com repolho e pimentão Mix de folhas Sobremesa: banana	Arroz Feijão Polenta cremosa à bolonhesa com abobrinha Salada de repolho Sobremesa: maçã	Arroz Feijoada fake Farofa de cebola com cenoura Vinagrete com tomate Sobremesa: Mamão	Arroz branco Feijão Omelete de forno com legumes Salada de pepino Sobremesa: caqui

Composição Nutricional do Cardápio média da semana:(27-31 Julho)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	430,00	67,80	15,00	7,80
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	471,00	74,03	16,01	8,60



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2025/2028



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

Cardápio JULHO 2026 – Vespertino

1ª Semana	Segunda –Feira	Terça –Feira	Quarta –Feira 01	Quinta–Feira 02	Sexta –Feira 03
			Macarrão à bolonhesa e tiras de legumes Sobremesa: laranja	Sopa de Mandioca com pernil Mix de folhas verdes Sobremesa: mamão	Bolo de banana com aveia Café com leite* Sobremesa: caqui
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 01-03 Julho)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	371,08	55,87	14,90	7,21	
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	449,32	59,58	17,02	8,76	



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
	Torta de carne moída com legumes Chá Sobremesa: abacaxi com melão	Arroz branco Feijão mexicano (chilli) Sobremesa: Mamão	Sopa de feijão com carne seca e legumes Sobremesa: laranja	Canjica com amendoim Sobremesa: banana com laranja	Omelete de forno com legumes e queijo Arroz branco Sobremesa: melancia
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 06-10 Julho)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária		Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos		362,85	53,69	15,32	8,74
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos		459,36	58,71	16,28	9,20



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
	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS

4ª Semana	Segunda –Feira 20	Terça –Feira 21	Quarta –Feira 22	Quinta–Feira 23	Sexta –Feira 24
	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS



PREFEITURA DE
SÃO JERÔNIMO DA SERRA

Gestão 2025/2028



5ª Semana	Segunda –Feira 27	Terça –Feira 28	Quarta –Feira 29	Quinta–Feira 30	Sexta –Feira 31
	Bolo de fubá com coco Leite com café Sobremesa: Uva	Sopa de letrinhas com carne e legumes Sobremesa: Caqui	Risoto de linguiça com cenoura e abobrinha Sobremesa: Laranja com banana	Arroz Polenta cremosa à bolonhesa Sobremesa: mamão	Canjica cremosa com amendoim Sobremesa: Banana
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 27-31 Julho)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária		Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos		343,68	53,69	14,89	7,93
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos		457,23	58,74	15,96	8,87