

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JERÔNIMO DA SERRA - PR

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

**Cardápio Maio– 2024 - Matutino**

<b>1ª Semana</b>	<b>Segunda –Feira 01</b>	<b>Terça –Feira 02</b>	<b>Quarta –Feira 03</b>	<b>Quinta–Feira 04</b>	<b>Sexta –Feira 05</b>
<b>Café da manhã</b>	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta
<b>Lanche da manhã</b>	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)
<b>Almoço</b>	Papinha salgada: Arroz, Feijão, farofa, omelete picadinho e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, kibe amassadinho e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, macarrão com frango desfiado e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, tutu de feijão, carne suína desfiada, legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz com cenoura, feijão, farofa de couve, carne desfiada e legumes cozidos.
<b>Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 01-05 Maio)</b>					
<b>Modalidade de Ensino / Faixa Etária</b>	<b>Energia ou VET (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>	
<b>DE 06 A 12 meses</b>	<b>355,00</b>	<b>53,00</b>	<b>14,05</b>	<b>8,12</b>	

<b>2ª Semana</b>	Segunda –Feira 08	Terça –Feira 09	Quarta –Feira 10	Quinta–Feira 11	Sexta – feira 12
<b>Café da manhã</b>	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta
<b>Lanche da manhã</b>	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)
<b>Almoço</b>	Papinha salgada: Arroz com cenoura, feijão, polenta cremosa com carne moída e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, ovos cozidos amassadinho, farofa e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, escondidinho de mandioca com frango desfiado e legumes.	Papinha salgada: Arroz, feijão, quixerinha com carne desfiada e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, tutu de feijão, omelete e legumes cozidos.
<b>Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 08-12 Maio)</b>					
<b>Modalidade de Ensino / Faixa Etária</b>	<b>Energia ou VET (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>	
<b>DE 06 A 12 meses</b>	<b>359,41</b>	<b>56,00</b>	<b>16,00</b>	<b>8,00</b>	

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.

<b>3ª Semana</b>	<b>Segunda –Feira 15</b>	<b>Terça –Feira 16</b>	<b>Quarta –Feira 17</b>	<b>Quinta–Feira 18</b>	<b>Sexta –Feira 19</b>
<b>Café da manhã</b>	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta
<b>Lanche da manhã</b>	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)
<b>Almoço</b>	Papinha salgada: Arroz com cenoura, Feijão, escondidinho de batata com frango desfiado e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, almôndega picadinha e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, tutu de feijão, batata amassada, ovos mexidos e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, Feijão, frango assado desfiado e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, kibe amassadinho e legumes cozidos.

<b>Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 15-19 Maio)</b>				
<b>Modalidade de Ensino / Faixa Etária</b>	<b>Energia ou VET (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>
<b>DE 06 A 12 meses</b>	<b>360,09</b>	<b>53,21</b>	<b>16,00</b>	<b>8,00</b>

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.

<b>4ª Semana</b>	<b>Segunda –Feira 22</b>	<b>Terça –Feira 23</b>	<b>Quarta –Feira 24</b>	<b>Quinta–Feira 25</b>	<b>Sexta –Feira 26</b>	
<b>Café da manhã</b>	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	
<b>Lanche da manhã</b>	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	
<b>Almoço</b>	Papinha salgada: Arroz, Feijão, carne de panela desfiada, farofa e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, Feijão, farofa colorida, macarrão com carne moída e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, Feijão, carne de panela com legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, purê de batatinha com frango desfiado e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, feijão, escondidinho de mandioca com frango desfiado e legumes cozidos.	
<b>Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 22-26 Maio)</b>						
<b>Modalidade de Ensino / Faixa Etária</b>			<b>Energia ou VET (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>
DE 06 A 12 meses			360,00	54,67	17,00	8,00

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.

5ª Semana	Segunda –Feira 29	Terça –Feira 30	Quarta –Feira	Quinta–Feira	Sexta –Feira	
<b>Café da manhã</b>	Mingau de aveia*	Papinha de fruta				
<b>Lanche da manhã</b>	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)				
<b>Almoço</b>	Papinha salgada: Arroz com cenoura, Feijão, carne de panela desfiada, farofa e legumes cozidos.	Papinha salgada: Arroz, Feijão, farofa colorida, quixerinha, carne suína desfiada e legumes cozidos.				
<b>Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 29-31 Maio)</b>						
<b>Modalidade de Ensino / Faixa Etária</b>			<b>Energia ou VET (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>
DE 06 A 12 meses			357,09	53,00	15,78	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.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JERÔNIMO DA SERRA - PR

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

**Cardápio Maio 2024 – Vespertino**

<b>1ª Semana</b>	<b>Segunda –Feira 01</b>	<b>Terça –Feira 02</b>	<b>Quarta –Feira 03</b>	<b>Quinta–Feira 04</b>	<b>Sexta –Feira 05</b>
<b>Lanche da tarde</b>	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta
<b>Jantar</b>	Sopa de mandioca com carne bovina e legumes cozidos.	Polenta cremosa com carne moída.	Purê de batata com carne moída e legumes.	Canja de galinha com legumes.	
<b>Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 01-05 Maio)</b>					
<b>Modalidade de Ensino / Faixa Etária</b>	<b>Energia ou VET (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>	
<b>DE 06 A 12 meses</b>	<b>353,04</b>	<b>60,12</b>	<b>16,08</b>	<b>8,00</b>	

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.

<b>2ª Semana</b>	<b>Segunda –Feira 08</b>	<b>Terça –Feira 09</b>	<b>Quarta –Feira 10</b>	<b>Quinta–Feira 11</b>	<b>Sexta – feira 12</b>
<b>Lanche da tarde</b>	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Papinha de fruta
<b>Jantar</b>	Sopa de legumes com frango desfiado	Risoto de carne desfiada e legumes	Escondidinho de mandioca com frango desfiado e legumes	Polenta cremosa com carne moída e legumes.	Canjiquinha com carne suína e legumes
<b>Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 08-12 Maio)</b>					
<b>Modalidade de Ensino / Faixa Etária</b>		<b>Energia ou VET (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>
<b>DE 06 A 12 meses</b>		<b>358,09</b>	<b>55,01</b>	<b>16,10</b>	<b>8,70</b>

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.

<b>3ª Semana</b>	<b>Segunda –Feira 15</b>	<b>Terça –Feira 16</b>	<b>Quarta –Feira 17</b>	<b>Quinta–Feira 18</b>	<b>Sexta –Feira 19</b>
<b>Lanche da tarde</b>	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta
<b>Jantar</b>	Canja de galinha com legumes.	Quirerinha com carne suína e legumes.	Sopa de legumes com carne bovina.	Sopa de fubá com frango desfiado e legumes.	Sopa de feijão com frango e legumes.
<b>Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 15-19 Maio)</b>					
<b>Modalidade de Ensino / Faixa Etária</b>		<b>Energia ou VET (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>
<b>DE 06 A 12 meses</b>		<b>365,60</b>	<b>65,30</b>	<b>16,99</b>	<b>9,50</b>

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.

<b>4ª Semana</b>	Segunda –Feira 22	Terça –Feira 23	Quarta –Feira 24	Quinta–Feira 25	Sexta –Feira 26
<b>Lanche da tarde</b>	Papinha de fruta	Mingau de aveia*	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta
<b>Jantar</b>	Sopa de feijão com carne moída e legumes.	Purê de batata com frango desfiado e legumes.	Sopa de mandioca com carne bovina e legumes cozidos.	Polenta cremosa com ovos mexidos e legumes.	Macarronada com carne moída e legumes cozidos.
<b>Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 22-26 Maio)</b>					
<b>Modalidade de Ensino / Faixa Etária</b>		<b>Energia ou VET (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>
<b>DE 6 A 12 MESES</b>		<b>353,00</b>	<b>52,80</b>	<b>15,23</b>	<b>8,21</b>

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.

5ª Semana	Segunda –Feira 29	Terça –Feira 30	Quarta –Feira	Quinta–Feira	Sexta –Feira
Lanche da tarde	Papinha de fruta	Mingau de aveia*			
Jantar	Sopa de feijão com carne moída e legumes.	Purê de batata com frango desfiado e legumes.			

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 29-31 Maio)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
DE 6 A 12 MESES	353,00	52,80	15,23	8,21

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.