

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JERÔNIMO DA SERRA - PR

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

Cardápio Maio 2024 - Matutino

1ª Semana	Segunda –Feira	Terça –Feira	Quarta –Feira 01	Quinta–Feira 02	Sexta –Feira 03
Café da manhã			FERIADO	Leite com cacau* Bolo de cenoura	Leite batido com frutas* Pão com requeijão caseiro
Almoço			FERIADO	Arroz branco Tutu de feijão Carne suína assada com batata doce Salada mista Sobremesa: Fruta	Arroz com cenoura Feijão Farofa de couve Frango com creme de milho Salada verde Sobremesa: Suco de fruta
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 01-05 Maio)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	356,00	53,02	14,65	8,30	

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 ser acrescentadas Açúcar.

2ª Semana	Segunda –Feira 06	Terça –Feira 07	Quarta –Feira 08	Quinta–Feira 09	Sexta – feira 10
Café da manhã	Leite com cacau* Biscoito de maisena caseiro	Leite batido com aveia* Bolo de cacau	Leite com cacau* Pão com manteiga	Leite batido com fruta* Biscoito de arroz	Leite com cacau* Biscoito de polvilho caseiro
Almoço	Arroz com cenoura Feijão Polenta cremosa PTN de soja ao sugo Salada mista Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Ovos cozidos Farofa de legumes Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Escondidinho de mandioca com frango desfiado Seleta de legumes Sobremesa: Salada de fruta	Arroz branco Feijão Quirerinha com carne suína Seleta de legumes Suco de Fruta	Arroz branco Tutu de feijão com lingüiça toscana e ovo Legumes salteados Salada verde Sobremesa: Fruta
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 08-12 Maio)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	357,21	53,02	15,00	8,00	

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 ser acrescentadas Açúcar.

3ª Semana	Segunda –Feira 13	Terça –Feira 14	Quarta –Feira 15	Quinta–Feira 16	Sexta –Feira 17
Café da manhã	Leite batido com aveia* Pão de queijo caseiro	Leite batido com cacau e aveia* Biscoito de Polvilho	Leite batido com cacau* Biscoito de arroz cm requeijão caseiro	Leite batido com cacau* Bolacha de maisena caseira	Leite batido com aveia* Bolo de cenoura
Almoço	Arroz com cenoura Feijão Escondidinho de batata com frango desfiado Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Almôndega ao sugo Legumes salteados Salada mista Suco de fruta	Arroz branco Tutu de feijão Batata doce salteada Ovos mexidos Salada mista Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Nhoque ao molho de frango Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Kibe assado Farofa de couve Salada verde Sobremesa: Fruta

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 15-19 Maiol)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	363,10	53,00	15,90	9,00

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 ser acrescentadas Açúcar.

4ª Semana	Segunda –Feira 20	Terça –Feira 21	Quarta –Feira 22	Quinta–Feira 23	Sexta –Feira 24
Café da manhã	Leite batido com aveia* Bolo de cacau	Leite batido com aveia Biscoito de arroz	Leite batido com cacau* Bolacha de maisena caseira	Leite batido com fruta* Biscoito de polvilho	Leite batido com aveia* Pão caseiro com requeijão caseiro
Almoço	Arroz branco Feijão Creme de cabotia com frango e batata doce Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Legumes na manteiga Macarronada com carne moída Salada mista Sobremesa: Fruta	Arroz colorido Feijão Carne de panela com legumes Salada verde Sobremesa: Suco de fruta	Arroz branco Feijão Purê de batata Frango ao molho Salada mista Sobremesa: Fruta	Arroz Branco Feijão Escondidinho de mandioca com frango desfiado Seleta verde Sobremesa: Fruta

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 22-26 Maio)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	367,00	55,00	15,00	9,00

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 ser acrescentadas Açúcar.

5ª Semana	Segunda –Feira 27	Terça –Feira 28	Quarta –Feira 29	Quinta–Feira 30	Sexta –Feira 31
Café da manhã	Leite batido com cacau* Bolo de cenoura	Leite batido com aveia Pão de queijo caseiro	Leite batido com cacau* Bolacha de maisena caseira		
Almoço	Arroz com cenoura Feijão Farofa de couve Carne de panela com legumes Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Farofa colorida Quirerinha com Carne suína Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz branco Feijão Farofa colorida Omelete Salada verde Sobremesa: Suco de fruta		

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 01 ano a 03 anos e 11 meses	367,00	55,00	15,00	9,00

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 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

1ª Semana	Segunda –Feira	Terça –Feira	Quarta –Feira 01	Quinta–Feira 02	Sexta –Feira 03
Lanche da tarde			FERIADO	Fruta	FRUTA
Jantar			FERIADO	Risoto de frango desfiado com legumes.	Sopa de mandioca com carne PTN de soja e legumes.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 01-05 Maio)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	350,03	54,00	15,10	9,00	

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 ser acrescentadas Açúcar.

2ª Semana	Segunda –Feira 06	Terça –Feira 07	Quarta –Feira 08	Quinta–Feira 09	Sexta – feira 10
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Sopa de fubá com carne desfiada e legumes.	Creme de cabotiá com frango.	Caldo verde com músculo desfiado.	Polenta cremosa com carne moída e legumes.	Canjiquinha com carne suína e legumes.

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 08-12 Maio)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	355,00	53,10	15,54	8,20

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 ser acrescentadas Açúcar.

3ª Semana	Segunda –Feira 13	Terça –Feira 14	Quarta –Feira 15	Quinta–Feira 16	Sexta –Feira 17
Lanche da tarde	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	
Jantar	Sopa de fubá com carne moída e legumes.	Sopa de feijão com carne desfiada e legumes.	Sopa de legumes com carne bovina desfiada.	Risoto de frango desfiado e legumes.	Sopa de legumes com PTN texturizada de soja.

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 15-19 Maio)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	360,02	57,09	15,32	9,21

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 ser acrescentadas Açúcar.

4ª Semana	Segunda –Feira 20	Terça –Feira 21	Quarta –Feira 22	Quinta–Feira 23	Sexta –Feira 24
Lanche da tarde	Fruta	Leite batido com fruta e aveia	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	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.
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 22-26 Maio)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária		Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses		354,64	52,90	15,98	8,45

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 ser acrescentadas Açúcar.

5ª Semana	Segunda –Feira 27	Terça –Feira 28	Quarta –Feira 29	Quinta–Feira 30	Sexta –Feira 31
Lanche da tarde	Fruta	Leite batido com fruta e aveia	Fruta	FERIADO	FERIADO
Jantar	Sopa de feijão com carne moída e legumes.	Sopa de macarrão com carne desfiada e legumes.	Canja de galinha e legumes.	FERIADO	FERIADO
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 01 ano a 03 anos e 11 meses		355,00	53,01	15,33	8,15

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 ser acrescentadas Açúcar.