

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JERÔNIMO DA SERRA - PR

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

Cardápio Abril 2025 - Matutino

1ª Semana	Segunda –Feira	Terça –Feira 01	Quarta –Feira 02	Quinta–Feira 03	Sexta –Feira 04
Café da manhã		Leite batido com aveia* Pão caseiro	Leite batido com cacau* Bolo de banana com aveia	Leite com cacau* Bolo de cenoura	Leite batido com abacate* Pão com requeijão
Almoço		Arroz de forno com pernil desfiado e milho verde Feijão Farofa de alho Salada verde Sobremesa: Melancia	Arroz Feijão Mingau de milho verde com Frango Salada Mista Sobremesa: goiaba	Arroz branco Tutu de feijão Carne suína assada com batata Salada mista Sobremesa: banana	Arroz branco Feijão Farofa de couve Costela bovina de panela com milho e legumes Salada verde Sobremesa: banana
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 01-04 abril)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	420,06	67,08	16,10	8,10	
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	463,21	70,00	16,02	8,13	

2ª Semana	Segunda –Feira 07	Terça –Feira 08	Quarta –Feira 09	Quinta–Feira 10	Sexta – feira 11
Café da manhã	Leite com cacau* Pão caseiro	Leite batido com aveia* Bolo de cacau	Leite com cacau* Pão com manteiga	Leite batido com fruta* Bolo de fubá	Leite com cacau* Biscoito de polvilho caseiro
Almoço	Arroz branco Feijão Polenta de corte Tiras ao sugo Salada mista Sobremesa: Goiaba	Arroz com cenoura Feijão Peito em cubos assado com batata e orégano Farofa de legumes Salada verde Sobremesa: banana	Arroz branco Feijão Escondidinho de mandioca com frango desfiado Seleto de legumes Sobremesa: banana com laranja	Arroz branco Feijão Quirerinha com pernil Legumes assados Sobremesa: melancia	Arroz branco Tutu de feijão com linguiça e pernil Legumes salteados na manteiga Sobremesa: creme de abacate c/ cacau
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 07-11 abril)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	429,00	68,98	16,00	8,00	
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	467,00	73,00	17,00	8,18	

3ª Semana	Segunda –Feira 14	Terça –Feira 15	Quarta –Feira 16	Quinta–Feira 17	Sexta –Feira 18
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	RECESSO	FERIADO
Almoço	Arroz com cenoura Feijão Escondidinho de batata com frango desfiado Salada verde Sobremesa: laranja	Arroz branco Feijão Creme de mandioca com pernil Legumes salteados Salada mista Sobremesa: banana	Arroz branco feijão Fusilli com tiras acebolada Batata salteada com abobrinha Sobremesa: goiaba	RECESSO	FERIADO

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 14-16 Abril)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	417,00	65,98	16,00	8,00
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	460,02	69.76	17,03	8,40

4ª Semana	Segunda –Feira 21	Terça –Feira 22	Quarta –Feira 23	Quinta–Feira 24	Sexta –Feira 25
Café da manhã	FERIADO	Leite batido com aveia Biscoito de arroz	Leite batido com cacau* Bolo de fubá	Leite batido com fruta* Biscoito de polvilho	Leite batido com aveia* Pão caseiro com requeijão caseiro
Almoço	FERIADO	Arroz colorido Feijão Polenta de corte com molho de frango Salada verde Sobremesa: melancia	Arroz branco Feijoada fake com pernil e toscana Farofa de couve Salada verde Sobremesa: goiaba	Arroz branco Feijão Purê de mandioca ao molho de linguiça Legumes assados Salada verde Sobremesa: Fruta	Arroz Branco Feijão Escondidinho de batata com frango desfiado Seleta verde Sobremesa: Fruta

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 22-25 abril)

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	68,05	16,00	8,00
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	470,00	71,08	17,09	8,80

5ª Semana	Segunda –Feira 28	Terça –Feira 29	Quarta –Feira 30	Quinta–Feira	Sexta –Feira
Café da manhã	Leite batido com cacau* Biscoito de polvilho	Leite batido com aveia Pão de queijo caseiro	Chá* Pão caseiro		
Almoço	Arroz com cenoura Feijão Farofa de couve Costela de panela com legumes e milho Salada verde Sobremesa: goiaba	Arroz branco Feijão Farofa colorida Quirerinha com pernil suíno Salada verde Sobremesa: banana	Arroz branco Feijão Macarrão chine com legumes e frango Salada de beterraba com cebola Sobremesa: melancia		

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 28-30 abril)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	431,05	69,30	16,01	8,03
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	475,00	76,03	17,04	8,59

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JERÔNIMO DA SERRA - PR

PAOLA APARECIDA TEIXEIRA DE LARA

NUTRICIONISTA CRN8 – 2300

Cardápio Abril 2025 – Vespertino

1ª Semana	Segunda –Feira	Terça –Feira 01		Quarta –Feira 02	Quinta–Feira 03	Sexta –Feira 04
		Milho cozido Bolo de fubá Chá*		Macarrão com bife em tiras e abobrinha Seleta de legumes Sobremesa: banana	Arroz branco Quirerinha com pernil e legumes Sobremesa: melancia	Bolo de banana com aveia Chá* Sobremesa: banana com laranja
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 01-04 Abril)						
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)		
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	361,04	52,09	15,00	8,00		
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	450,00	65,04	16,11	9,00		

2ª Semana	Segunda –Feira 07	Terça –Feira 08	Quarta –Feira 09	Quinta–Feira 10	Sexta – feira 11
	Creme de mandioca com pernil e legumes Sobremesa: goiaba	Bolo de banana com aveia Chá* Sobremesa: Pitaya	Macarrão chinês, com frango, pimentão e cenoura Sobremesa: Melancia	Bolo de fubá Gelado de abacate, cacao e leite em pó.	Arroz de forno com pernil e legumes. Sobremesa: laranja
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 07-11 Abril)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	360,07	49,21	14,04	7,00	
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	450,76	63,00	16,00	9,00	

3ª Semana	Segunda –Feira 14	Terça –Feira 15	Quarta –Feira 16	Quinta–Feira 17	Sexta –Feira 18
	Creme de batata com pernil e legumes Sobremesa: salada de laranja com banana	Arroz branco Feijoada fake com pernil e toscana Sobremesa: goiaba	Bolo de banana com aveia Chá* Sobremesa: Melancia	RECESSO	FERIADO
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 14-16 Abril)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária		Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos		367,05	49,98	14,01	7,00
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos		450,02	67,07	16,00	9,00

4ª Semana	Segunda –Feira 21	Terça –Feira 22	Quarta –Feira 23	Quinta–Feira 24	Sexta –Feira 25
	FERIADO	Espaguete ao molho de frango com legumes Sobremesa: Banana	Bolo de banana com cacau e aveia Chá* Sobremesa: Goiaba	Sopa de macarrão com carne, cenoura, repolho, vagem Sobremesa: melancia	Bolo de cacau com calda de coco Chá* Sobremesa; laranja com banana
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 22-25 Abril)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária		Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos		360,00	51,72	14,01	8,05
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos		445,00	64,30	14,78	8,75

5ª Semana	Segunda –Feira 28	Terça –Feira 29	Quarta –Feira 30	Quinta–Feira	Sexta –Feira
	Bolo de fubá com coco Chá* Sobremesa: banana	Arroz com costela, e legumes Sobremesa: Goiaba	Espaguete alho e óleo, com pernil desfiado e abobrinha. Sobremesa: Laranja e banana		
Composição Nutricional do Cardápio (média da semana: 28-30 Abril)					
Modalidade de Ensino / Faixa Etária		Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos		360,00	50,98	13,06	7,98
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos		443,76	63,90	15,00	8,70