

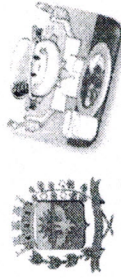


PREFEITURA MUNICIPAL DE JALES

Endereço: Rua Cinco, 2266, Centro - CEP 15700-010

CARDÁPIO D e E - SETEMBRO 2022

Cardápio alunos - Ensino Infantil e Fundamental 1 de Período Parcial (do Pré 1 ao 5º ano - 4 a 10 anos)
RT Ellis Ângela Guedes de Moura - CRN -3 13506/ Amanda Hellen Alvarenga Dyonísio CRN -3 35188



Unidades Escolares: EM PROF. ALBERTO GANDUR (UNIDADE I), EM PROF. ALBERTO GANDUR (UNIDADE II), EM PROF.ª ELIÁCIA MOREIRA, EM "PROF.ª ELZA PIRO VIANA, EM PROF.ª IRACEMA PINHEIRO CANDEO - LOLA, EM PROF.ª JACIRA DE CARVALHO DA SILVA, EM "PROF. JOÃO A. A. AVELHANEDA, EM PROF.ª MARIA OLYMPIA .B. SOBRINHO, EM PROF. OSWALDO SOLER

DATA Semana	5-set 2ª feira	6-set 3ª feira	7-set 4ª feira	8-set 5ª feira	9-set 6ª feira
Cardápio D Café da manhã	Leite com Chocolate, Biscoito Rosca	Frapê de Maracujá (Leite e Maracujá), Pão de Leite com Margarina		Leite com Chocolate, Biscoito Maisena	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão
Cardápio E Refeição	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos ao Molho, Salada de Repolho com Cenoura, Laranja	Arroz Branco, Feijão, Frango com Abóbora, Farofa Simples (Farinha de Mandioca, Cenoura, Milho e Ervilha), Abacaxi	FERIADO	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Alface com Tomate, Melancia	Galinhada (Arroz Branco, Frango, Cenoura e Milho), Salada de Acelga, Mamão

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias	
Energia (kcal)	674,25
Carboidrato (g)	96,78
Proteína (g)	26,39
Lípideo (g)	17,87

Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011

DATA Semana	12-set 2ª feira	13-set 3ª feira	14-set 4ª feira	15-set 5ª feira	16-set 6ª feira
Cardápio D Café da manhã	Leite com Chocolate, Biscoito Salgado	Vitamina de Abacate com Banana (Leite, Abacate e Banana Nanica), Pão de Leite com Requeijão	Leite com Chocolate, Bolo de Laranja	Bebida Láctea de Morango, Pão de Leite com Margarina	Leite com Chocolate, Biscoito de Maisena
Cardápio E Refeição	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Batata Doce, Salada de Beterraba, Laranja	Arroz Branco, Feijão, Pernil com Mandioca, Salada de Pepino, Banana Nanica	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Alface com Tomate, Melancia	Arroz Branco, Feijão, Frango Assado, Salada de Repolho com Cenoura, Mamão	Arroz Branco, Carne Moída com Cenoura, Salada de Acelga, Maça

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias	
Energia (kcal)	711,13
Carboidrato (g)	102,85
Proteína (g)	24,9
Lípideo (g)	19,98

Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011

Elisângela Guedes de Moura
Nutricionista
CRN-3/13506

Amanda H. A. Dyonísio
Nutricionista
CRN3 - SP 35188



PREFEITURA MUNICIPAL DE JALES
CARDÁPIO D e E - SETEMBRO 2022

Endereço: Rua Cinco, 2266, Centro - CEP 15700-010

Cardápio alunos - Ensino Infantil e Fundamental 1 de Período Parcial (do Pré 1 ao 5º ano - 4 a 10 anos)
RT Ellis Ângela Guedes de Moura - CRN - 3 13506/ Amanda Hellen Alvarenga Dyonisio CRN - 3 35188



Unidades Escolares: EM PROF. ALBERTO GANDUR (UNIDADE I), EM PROF. ALBERTO GANDUR (UNIDADE II), EM PROF. ELIÁCIA MOREIRA, EM "PROF. ELZA PIRRO VIANA, EM PROF. IRACEMA PINHEIRO CANDEO - LOLA, EM PROF. JACIRA DE CARVALHO DA SILVA, EM "PROF. JOÃO A. A. AVELHANEDA, EM PROF. MARIA OLYMPIA .B. SOBRINHO, EM PROF. OSWALDO SOLER

DATA Semana	19-set 2ª feira	20-set 3ª feira	21-set 4ª feira	22-set 5ª feira	23-set 6ª feira
Cardápio D Café da manhã	Leite com Chocolate, Biscoito Rosca	Vitamina de Banana (Leite e Banana Nanica), Bolo de Chocolate	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão	Leite com Chocolate, Biscoito Maria	Suco de Acerola, Pão de Leite com Margarina
Cardápio E Refeição	Arroz Temperado (Arroz Branco, Carne Moída, Cenoura, Milho e Ervilha), Salada de Pepino com Tomate, <u>Laranja</u>	Arroz Branco, Feijão, Frango ao Molho, Farofa de Couve (Farinha de Mandioca e Couve), <u>Abacaxi</u>	Arroz Branco, Feijão, Quibe Assado com Cenoura (Carne Moída, Trigo para Quibe e Cenoura), Salada de Repolho, <u>Mamão</u>	Arroz Branco, Feijão, Fricassê de Frango (Frango, Extrato, Leite, Milho e Amido), Salada de Beterraba, <u>Banana nanica</u>	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Alface com Tomate, <u>Melancia</u>

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias	
Energia (kcal)	693,94
Carboidrato (g)	103,74
Proteína (g)	26,67
Lípideo (g)	17,46

Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011

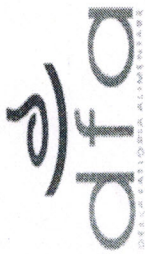
DATA Semana	26-set 2ª feira	27-set 3ª feira	28-set 4ª feira	29-set 5ª feira	30-set 6ª feira
Cardápio D Café da manhã	Leite com Chocolate, Biscoito Amanteigado	Vitamina de Maçã (Leite e Maçã), Pão de Leite com Margarina	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão	Leite com Chocolate, Biscoito Maisena	Vitamina de Banana (Leite e Banana Nanica), Bolo de Chocolate
Cardápio E Refeição	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Cenoura, Salada de Acelga, <u>Laranja</u>	Arroz Branco, Feijão, Frango Moreno, Polenta Cremosa, <u>Banana Nanica</u>	Macarrão ao Molho de Carne Moída e Cenoura, Salada de Almeirão, <u>Maçã</u>	Arroz Branco, Feijão, Pernil com Mandioca, Salada de Repolho Bicolor (Repolho Branco e Repolho Roxo), <u>Melancia</u>	Galinhada (Arroz Branco, Frango, Cenoura e Milho), Salada de Pepino com Tomate, <u>Mamão</u>

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias	
Energia (kcal)	725,45
Carboidrato (g)	108,95
Proteína (g)	26,67
Lípideo (g)	18,62

Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011

Ellis Ângela Guedes de Moura
 Nutricionista
 CRN-3: 13506

Amanda H. A. Dyonisio
 Nutricionista
 CRN3 - SP 35188



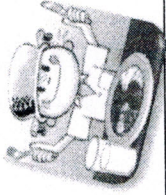
PREFEITURA MUNICIPAL DE JALES

Endereço: Rua Cinco, 2266, Centro - CEP 15700-010

CARDÁPIO F - SETEMBRO 2022

Cardápio alunos - Ensino Infantil e Fundamental 1 de Reforço Escolar (do Pré 1 ao 5º ano - 4 a 10 anos)

RT Ellis Ângela Guedes de Moura - CRN - 3 13506/ Amanda Hellen Alvarenga Dyonisio CRN - 3 35188



Unidades Escolares: EM PROF. ALBERTO GANDUR (UNIDADE I), EM PROF. ALBERTO GANDUR (UNIDADE II), EM PROF.ª ELÍACIA MOREIRA, EM "PROF.ª ELZA PIRRO VIANA, EM PROF.ª. IRACEMA PINHEIRO CANDEO - LOLA, EM PROF.ª JACIRA DE CARVALHO DA SILVA, EM "PROF. JOÃO A. A. AVELHANEDA, EM PROF.ª. MARIA OLYMPIA .B. SOBRINHO, EM PROF. OSWALDO SOLER

DATA	5-set	6-set	7-set	8-set	9-set
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio F Refeição	Galinhada (Arroz Branco, Frango, Cenoura e Milho), Salada de Pepino	Macarrão ao Molho de Carne Moida, Salada de Alface, Banana Nanica	FERIADO	Arroz Branco, Frango ao Molho, Polenta Cremosa, Maçã	Arroz Branco, Feijão, Carne Moida com Batata


Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias		
Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Lipídeo (g)
414,77	74,76	5,31


Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011

DATA	12-set	13-set	14-set	15-set	16-set
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio F Refeição	Arroz Branco, Feijão, Pernil Acebolado, Salada de Repolho, Maçã	Arroz Branco, Fricassê de Frango (Frango, Extrato, Leite, Milho e Amido), Salada de Alface	Galinhada (Arroz Branco, Frango, Cenoura e Milho), Salada de Beterraba	Arroz Branco, Carne em Cubos ao Molho, Farofa Simples (Farinha de Mandioca, Cenoura, Milho e Ervilha), Laranja	Macarrão ao Molho de Carne Moida, Salada de Almeirão

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias		
Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)
440,95	72,56	16,98
Lipídeo (g)	9,08	

Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011


Ellis Ângela Guedes de Moura
Nutricionista
CRN-3/13506


Amanda H. A. Dyonisio
Nutricionista
CRN3 - SP 35188

DATA	19-set	20-set	21-set	22-set	23-set
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio F Refeição	Arroz Branco, Feijão, Frango Moreno, Creme de Milho (Leite, Milho e Amido)	Arroz Temperado (Arroz Branco, Carne Moída, Cenoura, Milho e Ervilha), Salada de Pepino com Tomate, Maçã	Arroz Branco, Feijão, Pernil Acebolado, Salada de Acelga	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Alface, Abacaxi	Arroz Branco, Feijão, Frango Assado, Salada de Beterraba


Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias		
Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Lípido (g)
440,03	74,47	6,35
Proteína (g)		
21,2		


Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011

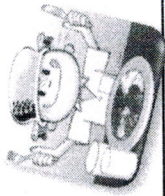
DATA	26-set	27-set	28-set	29-set	30-set
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio F Refeição	Galinhada (Arroz Branco, Frango, Cenoura e Milho), Salada de Repolho Bicolor (Repolho Branco e Repolho Roxo), Mamão	Arroz Branco, Carne Moída ao Molho com Mandioca, Salada de Almeirão	Arroz Branco, Feijão, Frango com Batata Doce, Salada de Beterraba	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Alface, Banana Nanica	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Batata, Salada de Pepino

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias		
Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Lípido (g)
442,92	74,52	7,14
Proteína (g)		
19,86		

Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011


 Elis Angela Gueiros de Moura
 Nutricionista
 CRN-3: 13506


 Amanda H. A. Dionísio
 Nutricionista
 CRN3 - SP 35188



Unidade Escolar: EM "PROF. JOÃO A. A. AVELHANEDA

DATA	5-set	6-set	7-set	8-set	9-set
Semana	2ª feira	3ª feira			
Cardápio E/1 Refeição	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos ao Molho, Salada de Repolho com Cenoura, Laranja	Arroz Branco, Feijão, Frango com Abóbora, Farofa Simples (Farinha de Mandioca, Cenoura, Milho e Ervilha)	FERIADO	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Alface com Tomate	Galinhada (Arroz Branco, Frango, Cenoura e Milho), Salada de Acelga, Mamão

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias		
Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Lipídeo (g)
347,42	61,11	4,65
		14,87

Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011

DATA	12-set	13-set	14-set	15-set	16-set
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio E/1 Refeição	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Batata Doce, Salada de Beterraba	Arroz Branco, Feijão, Pernil com Mandioca, Salada de Pepino, Banana Nanica	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Alface com Tomate, Melancia	Arroz Branco, Feijão, Frango Assado, Salada de Repolho com Cenoura	Arroz Branco, Carne Moída com Cenoura, Salada de Acelga, Maçã

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias		
Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Lipídeo (g)
345,92	57,74	5,47
	15,4	

Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011

Ellis Ângela Guedes de Moura
Nutricionista
CRN-3: 13506

Amanda H. A. Dyonisio
Nutricionista
CRN3 - SP 35188

DATA Semana	19-set 2ª feira	20-set 3ª feira	21-set 4ª feira	22-set 5ª feira	23-set 6ª feira
Cardápio E/1 Refeição	Arroz Temperado (Arroz Branco, Carne Moída, Cenoura, Milho e Ervilha), Salada de Pepino com Tomate, Laranja	Arroz Branco, Feijão, Frango ao Molho, Farofa de Couve (Farinha de Mandioca e Couve)	Arroz Branco, Feijão, Quibe Assado com Cenoura (Carne Moída, Trigo para Quibe e Cenoura), Salada de Repolho, Mamão	Arroz Branco, Feijão, Fricassê de Frango (Frango, Extrato, Leite, Milho e Amido), Salada de Beterraba	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Alface com Tomate, Melancia


Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias		
Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Lípido (g)
348,74	53,67	7,56
	Proteína (g)	15,43


Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011

DATA Semana	26-set 2ª feira	27-set 3ª feira	28-set 4ª feira	29-set 5ª feira	30-set 6ª feira
Cardápio E/1 Refeição	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Cenoura, Salada de Acelga	Arroz Branco, Feijão, Frango Moreno, Polenta Cremosa, Banana Nanica	Macarrão ao Molho de Carne Moída e Cenoura, Salada de Almeirão, Maçã	Arroz Branco, Feijão, Pernil com Mandioca, Salada de Repolho Bicolor (Repolho Branco e Repolho Roxo)	Galinhada (Arroz Branco, Frango, Cenoura e Milho), Salada de Pepino com Tomate, Mamão

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias		
Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)
328,93	58,51	14,5
	Lípido (g)	3,93

Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011


 Elis Angela Guedes de Moraes
 Nutricionista
 CRN-3-13506


 Amanda H.A. Dionísio
 Nutricionista
 CRN3 - SP 35188