



PREFEITURA MUNICIPAL DE JALES
Endereço: Rua Cinco, 2266, Centro - CEP 15700-010

CARDÁPIO D e E - MAIO 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/ Leticia Sanchez de Oliveira CRN -3 37024



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

DATA	2-mai	3-mai	4-mai	5-mai	6-mai
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio D Café da manhã	Bebida Láctea de Morango, Biscoito Rosca	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão	Leite com Chocolate, Bolo de Cenoura	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Margarina	Leite com Chocolate, Biscoito Maisena
Cardápio E Refeição	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Batata, Farofa de Couve (Farinha de Mandioca e Couve)	Galinhada (Arroz Branco, Peito de Frango, Cenoura, Milho e Extrato), Salada de Repolho Bicolor (Repolho Branco e Repolho Verde), Maçã	Arroz Branco, Feijão, Quibe Assado (Carne Moída, Trigo para Quibe e Cenoura), Salada de Acelga	Arroz Branco, Feijão, Frango com Batata Doce, Salada de Beterraba, Banana Nanica	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Alface, Laranja

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias					
	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	
	659,47	97,99	25,65	18,4	

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

DATA	9-mai	10-mai	11-mai	12-mai	13-mai
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio D Café da manhã	Leite com Chocolate, Biscoito de Polvilho	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Margarina	Vitamina de Mamão (Leite, Mamão e Açúcar), Bolo Mesclado	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão	Leite com Chocolate, Biscoito Amanteigado
Cardápio E Refeição	Arroz Branco, Feijão, Almondegas ao Sugo, Salada de Pepino e Tomate	Arroz Branco, Feijão, Carne Moída com Cenoura, Salada de Acelga, Mamão	Arroz Branco, Feijão, Pernil Acebolado, Creme de Milho (Leite, Milho, Margarina e Amido), Banana Nanica	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Almeirão, Melancia	Arroz Branco, Feijão, Frango com Batata, Salada de Repolho

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias					
	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	
	654,96	92,46	25,75	20,31	

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

DATA	16-mai	17-mai	18-mai	19-mai	20-mai
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio D Café da manhã	Leite com Chocolate, Biscoito Rosca	Leite com Chocolate, Bolo de Fubá	Leite com Chocolate, Biscoito Maria	Bebida Láctea de Morango, Bolo de Chocolate	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão
Cardápio E Refeição	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Mandioca, Salada de Acelga	Arroz Branco, Feijão, Frango com Abóbora, Salada de Alface, Banana Nanica	Arroz Temperado (Arroz Branco, Carne Moída, Cenoura, Milho e Ervilha), Salada de Pepino, Maçã	Arroz Branco, Feijão, Frango com Molho, Polenta Cremosa	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Acelga, Laranja

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias					
	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	
	635,72	95,74	23,57	17,59	

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

DATA	23-mai	24-mai	25-mai	26-mai	27-mai
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio D Café da manhã	Leite com Chocolate, Biscoito Amanteigado	Suco de Goiaba, Bolo de Coco	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão	Vitamina de Banana (Leite, Banana e Açúcar), Biscoito de Polvilho	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Margarina
Cardápio E Refeição	Arroz Branco, Feijão, Almondegas Assadas, Salada de Pepino	Arroz Branco, Feijão, Frango com Batata Doce, Salada de Acelga, Mamão	Arroz Branco, Feijão, Pernil Acebolado, Mandioca ao Vinagrete (Mandioca Cozida, Tomate, Cebola e Cheiro Verde)	Galinhada (Arroz Branco, Peito de Frango, Cenoura, Milho, Extrato), Salada de Repolho, Banana Nanica	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Alface, Abacaxi

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias					
	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	
	622,24	91,69	24,37	17,87	

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

Ellis Angela Guedes de Moura
Nutricionista
CRN-3: 13506

Leticia S. de Oliveira
Nutricionista
CRN-3/37024



PREFEITURA MUNICIPAL DE JALES
Endereço: Rua Cinco, 2266, Centro - CEP 15700-010
CARDÁPIO F - MAIO 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/ Leticia Sanchez de Oliveira CRN -3 37024

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

DATA Semana	2-mai 2ª feira	3-mai 3ª feira	4-mai 4ª feira	5-mai 5ª feira	6-mai 6ª feira
Cardápio F Refeição	Arroz Branco, Feijão, Almondégas Assadas, Salada de Repolho, Maçã	Arroz Branco, Feijão, Pênil Acebolado, Mandioca ao Vinagrete (Mandioca, Cebola, Tomate e Cheiro Verde)	Arroz Branco, Feijão, Frango ao Molho, Salada de Almeirão, Mamão	Arroz Branco, Feijão, Carne Moida com Cenoura, Salada de Acelga	Galinhada (Arroz Branco, Peite de Frango, Cenoura, Milho e Vagem), Salada de Pepino

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
299,99	51,23	13,92	4,03

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

DATA Semana	9-mai 2ª feira	10-mai 3ª feira	11-mai 4ª feira	12-mai 5ª feira	13-mai 6ª feira
Cardápio F Refeição	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos ao Molho, Farofa Simples (Farinha de Mandioca, Cenoura, Milho e Ervilha)	Arroz Branco, Feijão, Frango com Batata Doce, Salada de Beterraba, Maçã	Macarrão ao Molho de Carne Moida, Salada de Acelga	Arroz Branco, Feijão, Frango com Cenoura, Salada de Pepino	Arroz Branco, Feijão, Carne Moida com Abóbora, Salada de Alface, Banana Nanica

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
303,34	49,41	15,91	4,37

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

DATA Semana	16-mai 2ª feira	17-mai 3ª feira	18-mai 4ª feira	19-mai 5ª feira	20-mai 6ª feira
Cardápio F Refeição	Arroz Branco, Almondégas ao Sugo, Salada de Pepino, Laranja	Arroz Branco, Feijão, Escondidinho de Carne Moída, Salada de Acelga	Arroz Branco, Feijão, Frango Assado, Creme de Milho (Leite, Milho, Margarina e Amido)	Macarrão ao Molho de Carne Moida, Salada de Repolho, Mamão	Galinhada (Arroz Branco, Peite de Frango, Cenoura, Milho e Vagem), Salada de Almeirão

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
304,01	45,88	13,83	6,73

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

DATA Semana	23-mai 2ª feira	24-mai 3ª feira	25-mai 4ª feira	26-mai 5ª feira	27-mai 6ª feira
Cardápio F Refeição	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Batata, Salada de Repolho, Maçã	Arroz Branco, Feijão, Carne Moida ao Molho com Mandioca, Salada de Beterraba	Arroz Branco, Feijão, Frango com Cenoura, Salada de Alface, Tangerina	Macarrão ao Molho de Carne Moida, Salada de Acelga	Arroz Branco, Carne em Cubos ao Molho, Farofa Simples (Farinha de Mandioca, Cenoura, Milho e Ervilha)

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
294,01	49,05	14,58	3,93

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


Ellis Angela Guedes de Moura
Nutricionista
CRN-3: 13506


Leticia S. de Oliveira
Nutricionista
CRN-3/37024



PREFEITURA MUNICIPAL DE JALES
Endereço: Rua Cinco, 2266, Centro - CEP 15700-010

CARDÁPIO E/1 - MAIO 2022
Cardápio alunos - EJA (Educação de Jovens e Adultos)

RT Ellis Ângela Guedes de Moura - CRN -3 13506/ Leticia Sanchez de Oliveira CRN -3 37024



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

DATA	2-mai	3-mai	4-mai	5-mai	6-mai
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio E/1 Refeição	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Batata, Farofa de Couve (Farinha de Mandioca e Couve)	Galinhada (Arroz Branco, Peito de Frango, Cenoura, Milho e Extrato), Salada de Repolho Bicolor (Repolho Branco e Repolho Verde), Maçã	Arroz Branco, Feijão, Quibe Assado (Carne Moída, Trigo para Quibe e Cenoura), Salada de Acelga	Arroz Branco, Feijão, Frango com Batata Doce, Salada de Beterraba, Banana Nanica	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Alface, Laranja

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
364,43	61,24	15,91	5,97

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

DATA	9-mai	10-mai	11-mai	12-mai	13-mai
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio E/1 Refeição	Arroz Branco, Feijão, Almondegas ao Sugo, Salada de Pepino e Tomate	Arroz Branco, Feijão, Carne Moída com Cenoura, Salada de Acelga, Mamão	Arroz Branco, Feijão, Pernil Acebolado, Creme de Milho (Leite, Milho, Margarina e Amido), Banana Nanica	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Almeirão, Melancia	Arroz Branco, Feijão, Frango com Batata, Salada de Repolho

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
342,79	55,84	14,72	6,48

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

DATA	16-mai	17-mai	18-mai	19-mai	20-mai
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio E/1 Refeição	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Mandioca, Salada de Acelga	Arroz Branco, Feijão, Frango com Abóbora, Salada de Alface, Banana Nanica	Arroz Temperado (Arroz Branco, Carne Moída, Cenoura, Milho e Ervilha), Salada de Pepino, Maçã	Arroz Branco, Feijão, Frango com Molho, Polenta Cremosa	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Acelga, Laranja

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
325,56	54,58	15,13	4,97

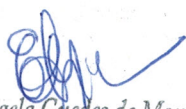
Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011

DATA	23-mai	24-mai	25-mai	26-mai	27-mai
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio E/1 Refeição	Arroz Branco, Feijão, Almondegas Assadas, Salada de Pepino	Arroz Branco, Feijão, Frango com Batata Doce, Salada de Acelga, Mamão	Arroz Branco, Feijão, Pernil Acebolado, Mandioca ao Vinagrete (Mandioca Cozida, Tomate, Cebola e Cheiro Verde)	Galinhada (Arroz Branco, Peito de Frango, Cenoura, Milho, Extrato), Salada de Repolho, Banana Nanica	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Alface, Abacaxi

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
356,25	63,02	16,19	4,52

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


Ellis Angela Guedes de Moura
Nutricionista
CRN-3: 13506

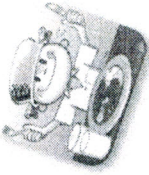

Leticia S. de Oliveira
Nutricionista
CRN-3/37024



PREFEITURA MUNICIPAL DE JALES
Endereço: Rua Cinco, 2266, Centro - CEP 15700-010
CARDÁPIO C - MAIO 2022

Cardápio para alunos EMEIS (01 a 03 anos)

RT Ellis Ângela Guedes de Moura - CRN - 3 13506/ Leticia Sanchez de Oliveira CRN - 3 37024



Unidades Escolares: EMEI DERCÍLIO JOAQUIM DE CARVALHO, EMEI JARDIM ARAPUÁ, EMEI PROF. ANTONIO DI BERNARDO PEREZ, EMEI PROF. APARECIDO TADEU R. ESTANISLAU, EMEI PROF.ª DIVA MACIEL JORGE, EMEI PROF.ª. GEMA APARECIDA PRANDI ROSA, EMEI PROF.ª. NÍVEA LENI M. P. ALVES, EMEI PROF.ª. VERA LUCIA DA SILVA OLIVEIRA VILELA

DATA	02/mai 2ª feira	03/mai 3ª feira	04/mai 4ª feira	05/mai 5ª feira	06/mai 6ª feira
Desjejum	Leite com Chocolate, Biscoito Maisena	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Margarina	Vitamina de Banana (Leite, Banana Natica), Biscoito Amanteigado	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Queijão	Bebida Láctea de Morango, Biscoito Rosca
Almoço	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Abóbora, Salada de Repolho	Arroz Branco, Feijão, Frango Moreno (Frango e Cebola), Creme de Milho (Leite, Milho e Amido)	Arroz Branco, Feijão, Carne Moída com Batata, Salada de Pepino com Tomate	Arroz Branco, Feijão, Bobó de Frango (Frango com Mandioca), Salada de Alface	Arroz Branco, Feijão, Ovos Mexidos (Ovos, Cenoura, Abobrinha e Vagem), Salada de Acelga
Sobremesa	Maçã	Banana Nanica	Mamão	Melancia	Laranja
Lanche	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Queijão	Leite com Chocolate, Biscoito Rosca	Leite com Chocolate, Pão de leite com Margarina	Vitamina de Mamão (Leite, Mamão), Biscoito Maisena	Suco de Laranja, Bolo de Chocolate
Jantar	Sopa de Legumes com Frango (Macarrão, Frango, Batata Doce, Abóbora e Chuchu)	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Repolho Bicolor (Repolho Branco e Repolho Roxo)	Canja (Arroz, Frango, Cenoura, Chuchu e Batata)	Sopa de Mandioca (Macarrão, Carne Moída, Mandioca, Berinjela e Abóbora)	Sopa de Abóbora (Macarrão, Frango, Abóbora Cabotiã, Batata e Tomate)

Sábado

Domingo

Informação Nutricional (média semanal) - 70%

Macronutrientes	Energia (kcal)	1668,92	Proteína (g)	60,41	Lípido (g)	38,48
	Carboidrato (g)	272,03	Vitamina A	31,74	Vitamina C	2,31
Micronutrientes	Cálcio	440,96				
	Ferro	5,86				

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

Ellis Ângela Guedes de Moura
Nutricionista
CRN-3/13506

Leticia S. de Oliveira
Nutricionista
CRN-3/37024

DATA	09/mai 2ª feira	10/mai 3ª feira	11/mai 4ª feira	12/mai 5ª feira	13/mai 6ª feira
Desjejum	Leite com Chocolate, Biscoito Rosca	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão	Leite com Chocolate, Biscoito Maisena	Vitamina de Abacate (Leite, Abacate), Pão de Leite com Margarina	Leite com Chocolate, Biscoito Amanteigado
Almoço	Arroz Branco, Feijão, Carne em Tiras Acebolada, Salada de Repolho com Cenoura	Arroz Branco, Feijão, Frango com Batata Doce, Farofa de Couve (Farinha de Mandioca e Couve)	Arroz Branco, Feijão, Carne Moída com Vagem, Salada de Acelga	Arroz Branco, Feijão, Pênil com Mandioca, Salada de Almeirão	Arroz Branco, Feijão, Quibe Assado (Carne Moída, Trigo para Quibe e Cenoura), Salada de Pepino
Sobremesa	Abacaxi	Maçã	Melancia	Mamão	Banana Maçã
Lanche	Leite com Chocolate, Bolo Mesclado	Salada de Frutas (Banana Nanica, Maçã, Mamão, Laranja e Aveia), Biscoito Maria	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão	Suco de Laranja, Biscoito Rosca	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Margarina
Jantar	Macarrão ao Molho de Frango (Peito de Frango, Cenoura e Vagem), Salada de Pepino	Sopa de Fubá (Fubá, Carne Moída, Abóbora, Mandioquinha e Chuchu)	Canjiquinha (Canjiquinha, Frango, Batata, Cenoura e Tomate)	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Acelga	Sopa de Abóbora (Macarrão, Frango, Abóbora Cabotiã, Batata e Tomate)
Sábado					
Domingo					
Informação Nutricional (média semanal) - 70%					
Macronutrientes	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	
	1414,48	252,71	54,1	27,64	
Micronutrientes	Cálcio	Ferro	Vitamina A	Vitamina C	
	454,92	6,23	24,22	3,03	

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

Ellis Angela Guedes de Moura
Nutricionista
CRN-3: 13506

Letícia S. de Oliveira
Nutricionista
CRN-3/137024

DATA	16/mai 2ª feira	17/mai 3ª feira	18/mai 4ª feira	19/mai 5ª feira	20/mai 6ª feira
Desjejum	Leite com Chocolate, Biscoito de Polvilho	Vitamina de Banana (Leite, Banana Nanica), Biscoito Salgado	Leite com Chocolate, Pão com Margarina	Leite com Chocolate, Bolo de Fubá	Bebida Láctea de Morango, Pão de Leite com Queijão
Almoço	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Abóbora, Salada de Acelga	Arroz Branco, Feijão, Frango Assado com Batata, Salada de Beterraba	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos ao Molho, Farofa Simples (Farinha de Mandioca, Cenoura, Milho e Ervilha)	Arroz Branco, Feijão, Sassami a Jardineira (Frango Refogado com Tomate e Pimentão), Salada de Alface	Arroz Branco, Feijão, Carne Moída com Abobrinha, Salada de Repolho
Sobremesa	Melancia	Maçã	Laranja	Banana Nanica	Mamão
Lanche	Suco de Laranja, Pão de Leite com Queijão	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Margarina	Frapê de Maracujá (Leite, Maracujá), Biscoito Maisena	Leite com Chocolate, Biscoito Amanteigado	Leite com Chocolate, Bolo Simples
Jantar	Canja (Arroz, Frango, Cenoura, Chuchu e Batata)	Polenta ao Molho de Carne Moída (Fubá, Carne Moída, Cenoura e Berinjela)	Sopa de Legumes com Frango (Macarrão, Frango, Batata Doce, Abóbora e Chuchu)	Torta de Carne (Carne Moída, Abobrinha, Cenoura, Farinha de Trigo, Leite, Ovos e Fermento Químico), Suco de Acerola	Canjiquinha (Canjiquinha, Frango, Batata, Cenoura e Tomate)
Sábado					
Domingo					
Informação Nutricional (média semanal) - 70%					
Macronutrientes	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	
	1343,68	243,48	51,83	24,44	
Micronutrientes	Cálcio	Ferro	Vitamina A	Vitamina C	
	397,79	6,14	87,22	77,51	

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

Ellis Angela
Ellis Angela Guedes de Azevedo
Nutricionista
CRN-3: 13506

Letícia S. de Oliveira
Letícia S. de Oliveira
Nutricionista
CRN-3/37024

DATA	23/mai 2ª feira	24/mai 3ª feira	25/mai 4ª feira	26/mai 5ª feira	27/mai 6ª feira
Desjejum	Leite com Chocolate, Biscoito Maria	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão	Leite com Chocolate, Biscoito Amanteigado	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Margarina	Vitamina de Mamão (Leite, Mamão), Biscoito Maisena
Almoço	Arroz Branco, Feijão, Carne em Tiras Acebolada, Salada de Repolho com Cenoura	Arroz Branco, Feijão, Frango com Quiabo, Polenta Cremosa	Arroz Branco, Feijão, Ovos Mexidos (Ovos, Cenoura, Abobrinha e Vagem), Salada de Acelga	Arroz Branco, Feijão, Frango Moreno (Frango e Cebola), Salada de Pepino com Tomate	Arroz Branco, Feijão, Carne Moída ao Molho com Mandioca, Salada de Alfafa
Sobremesa	Abacaxi	Banana Nanica	Maçã	Mamão	Melancia
Lanche	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Margarina	Vitamina de Abacate com Banana (Leite, Abacate e Banana Nanica), Biscoito de Polvilho	Suco de Laranja, Bolo de Abacaxi	Salada de Frutas (Banana Nanica, Maçã, Mamão, Laranja e Aaveia), Biscoito Salgado	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão
Jantar	Sopa de Mandioca (Macarrão, Carne Moída, Mandioca, Berinjela e Abóbora)	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Repolho	Sopa de Legumes (Macarrão, Carne em Cubos, Beterraba, Inhame e Vagem)	Arroz Temperado (Arroz Branco, Carne Moída, Cenoura, Milho e Ervilha), Salada de Alfafa	Sopa de Abóbora (Macarrão, Frango, Abóbora Cabotiã, Batata e Tomate)
Sábado					
Domingo					
Informação Nutricional (média semanal) - 70%					
Macronutrientes	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	
	1381,23	234,59	54,87	25,36	
Micronutrientes	Cálcio	Ferro	Vitamina A	Vitamina C	
	432,2	6,33	25,55	4,19	

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


Elisângela Góes de Moura
 Nutricionista
 CRN-3: 13506


Letícia S. de Oliveira
 Nutricionista
 CRN-3/37024



PREFEITURA MUNICIPAL DE JALES
Endereço: Rua Cinco, 2286, Centro - CEP 15700-010
CARDÁPIO B - MAIO 2022

Cardápio para alunos EMEIS (06 a 12 meses)

RT Ellis Ângela Guedes de Moura - CRN - 3 13506/ Leticia Sanchez de Oliveira CRN - 3 37024



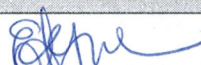
Unidades Escolares: EMEI DERCÍLIO JOAQUIM DE CARVALHO, EMEI JARDIM ARAPUÁ, EMEI PROF. ANTONIO DI BERNARDO PEREZ, EMEI PROF. APARECIDO TADEU R. ESTANISLAU, EMEI PROF. DIVA MACIEL JORGÉ, EMEI PROF. GEMÁ APARECIDA PRANDI ROSA, EMEI PROF. NÍVEA LENI M. P. ALVES, EMEI PROF. VERA LUCIA DA SILVA OLIVEIRA VILELA

DATA	02/mai 2ª feira	03/mai 3ª feira	04/mai 4ª feira	05/mai 5ª feira	06/mai 6ª feira
Desjejum	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Manhã	Maçã	Banana Nanica	Mamão	Melancia	Laranja
Almoço	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Abóbora, Repolho Refogado)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Frango com Batata, Beterraba Cozida)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne Moída com Batata, Chuchu Refogado)	Papa Principal [Arroz Branco, Feijão, Bobó de Frango (Frango com Mandioca), Cenoura Cozida]	Papa Principal [Arroz Branco, Feijão, Ovos Mexidos (Ovos, Cenoura, Abobrinha e Vagem), Acelga Refogada]
Lanche da Tarde 1	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Tarde 2	Mamão	Maçã	Mamão	Banana Nanica	Maçã
Jantar	Sopa de Legumes com Frango (Macarrão, Frango, Batata Doce, Abóbora e Chuchu)	Sopa de Fubá (Fubá, Carne Moída, Abóbora, Mandioquinha e Chuchu)	Canja (Arroz, Frango, Cenoura, Chuchu e Batata)	Sopa de Mandioca (Macarrão, Carne Moída, Mandioca, Berinjela e Abóbora)	Sopa de Abóbora (Macarrão, Frango, Abóbora Cabotiã, Batata e Tomate)
Sábado Domingo					

DATA	09/mai 2ª feira	10/mai 3ª feira	11/mai 4ª feira	12/mai 5ª feira	13/mai 6ª feira
Desjejum	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Manhã	Mamão	Maçã	Melancia	Mamão	Banana Maçã
Almoço	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne em Tiras Acebolada, Purê de Abóbora, Chuchu Cozido)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Frango com Batata Doce, Couve Refogada, Cenoura Cozida)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne Moída com Vagem, Acelga Refogada)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Pernil com Mandioca, Chuchu Refogado)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne Moída com Cenoura, Purê de Batata)
Lanche da Tarde 1	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Tarde 2	Abacate	Banana Nanica	Mamão	Banana Nanica	Maçã
Jantar	Canja (Arroz, Frango, Cenoura, Chuchu e Batata)	Sopa de Fubá (Fubá, Carne Moída, Abóbora, Mandioquinha e Chuchu)	Canjiquinha (Canjiquinha, Frango, Batata, Cenoura e Tomate)	Polenta ao Molho de Carne Moída (Fubá, Carne Moída, Cenoura e Berinjela)	Sopa de Abóbora (Macarrão, Frango, Abóbora Cabotiã, Batata e Tomate)
Sábado Domingo					

DATA	16/mai 2ª feira	17/mai 3ª feira	18/mai 4ª feira	19/mai 5ª feira	20/mai 6ª feira
Desjejum	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Manhã	Melancia	Maçã	Laranja	Banana Nanica	Mamão
Almoço	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Abóbora, Acelga Refogada)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Frango Assado com Batata, Beterraba Cozida)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos ao Molho, Batata e Cenoura Cozida)	Papa Principal [Arroz Branco, Feijão, Sassami a Jardineira (Frango Refogado com Tomate e Pimentão), Chuchu Cozido]	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne Moída com Abobrinha, Repolho Refogado)
Lanche da Tarde 1	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Tarde 2	Mamão	Banana Nanica	Mamão	Maçã	Banana Nanica
Jantar	Canja (Arroz, Frango, Cenoura, Chuchu e Batata)	Polenta ao Molho de Carne Moída (Fubá, Carne Moída, Cenoura e Berinjela)	Sopa de Legumes com Frango (Macarrão, Frango, Batata Doce, Abóbora e Chuchu)	Sopa de Fubá (Fubá, Carne Moída, Abóbora, Mandioquinha e Chuchu)	Canjiquinha (Canjiquinha, Frango, Batata, Cenoura e Tomate)
Sábado Domingo					

DATA	23/mai 2ª feira	24/mai 3ª feira	25/mai 4ª feira	26/mai 5ª feira	27/mai 6ª feira
Desjejum	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Manhã	Maçã	Banana Nanica	Maçã	Mamão	Melancia
Almoço	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne em Tiras com Mandioquinha, Repolho Refogado com Cenoura)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Frango com Quiabo, Purê de Abóbora)	Papa Principal [Arroz Branco, Feijão, Ovos Mexidos (Ovos, Cenoura, Abobrinha e Vagem), Acelga Refogada]	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Frango com Abóbora, Chuchu Refogado)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne Moída ao Molho com Mandioca, Repolho Refogado)
Lanche da Tarde 1	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Tarde 2	Laranja	Maçã	Mamão	Banana Nanica	Maçã
Jantar	Sopa de Mandioca (Macarrão, Carne Moída, Mandioca, Berinjela e Abóbora)	Sopa de Fubá (Fubá, Carne Moída, Abóbora, Mandioquinha e Chuchu)	Sopa de Legumes (Macarrão, Carne em Cubos, Beterraba, Inhame e Vagem)	Polenta ao Molho de Carne Moída (Fubá, Carne Moída, Cenoura e Berinjela)	Sopa de Abóbora (Macarrão, Frango, Abóbora Cabotiã, Batata e Tomate)
Sábado Domingo					


Ellis Ângela Guedes de Moura
Nutricionista
CRN-3: 13506


Leticia S. de Oliveira
Nutricionista
CRN-3/37024



PREFEITURA MUNICIPAL DE JALES
Endereço: Rua Cinco, 2266, Centro - CEP 15700-010
CARDÁPIO A - MAIO 2022



Cardápio para alunos EMEIS (04 a 06 meses)
RT Ellis Ângela Guedes de Moura - CRN -3 13506/ Leticia Sanchez de Oliveira CRN -3 37024

Unidades Escolares: EMEI DERCÍLIO JOAQUIM DE CARVALHO, EMEI JARDIM ARAPUÁ, EMEI PROF. ANTONIO DI BERNARDO PEREZ, EMEI PROF. APARECIDO TADEU R. ESTANISLAU, EMEI PROFª. DIVA MACIEL JORGE, EMEI PROFª. GEMA APARECIDA PRANDI ROSA, EMEI PROFª. NÍVEA LENI M. P. ALVES, EMEI PROFª. VERA LUCIA DA SILVA OLIVEIRA VILELA

DATA	02/mai 2ª feira	03/mai 3ª feira	04/mai 4ª feira	05/mai 5ª feira	06/mai 6ª feira
Desjejum	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Manhã	Maçã	Banana Nanica	Mamão	Melancia	Laranja
Almoço	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Abóbora, Repolho Refogado)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Frango com Batata, Beterraba Cozida)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne Moída com Batata, Chuchu Refogado)	Papa Principal [Arroz Branco, Feijão, Bobó de Frango (Frango com Mandioca), Cenoura Cozida]	Papa Principal [Arroz Branco, Feijão, Ovos Mexidos (Ovos, Cenoura, Abobrinha e Vagem), Acelga Refogada]
Lanche da Tarde 1	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Tarde 2	Mamão	Maçã	Mamão	Banana Nanica	Maçã
Sábado Domingo					

DATA	09/mai 2ª feira	10/mai 3ª feira	11/mai 4ª feira	12/mai 5ª feira	13/mai 6ª feira
Desjejum	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Manhã	Mamão	Maçã	Melancia	Mamão	Banana Maçã
Almoço	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne em Tiras, Acelgada, Purê de Abóbora, Chuchu Cozido)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Frango com Batata Doce, Couve Refogada, Cenoura Cozida)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne Moída com Vagem, Acelga Refogada)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Pernil com Mandioca, Chuchu Refogado)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne Moída com Cenoura, Purê de Batata)
Lanche da Tarde 1	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Tarde 2	Abacate	Banana Nanica	Mamão	Banana Nanica	Maçã
Sábado Domingo					

DATA	16/mai 2ª feira	17/mai 3ª feira	18/mai 4ª feira	19/mai 5ª feira	20/mai 6ª feira
Desjejum	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Manhã	Melancia	Maçã	Laranja	Banana Nanica	Mamão
Almoço	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Abóbora, Acelga Refogada)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Frango Assado com Batata, Beterraba Cozida)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos ao Molho, Batata e Cenoura Cozida)	Papa Principal [Arroz Branco, Feijão, Salsinha e Jardineira (Frango Refogado com Tomate e Pimentão), Chuchu Cozido]	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne Moída com Abobrinha, Repolho Refogado)
Lanche da Tarde 1	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Tarde 2	Mamão	Banana Nanica	Mamão	Maçã	Banana Nanica
Sábado Domingo					

DATA	23/mai 2ª feira	24/mai 3ª feira	25/mai 4ª feira	26/mai 5ª feira	27/mai 6ª feira
Desjejum	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Manhã	Maçã	Banana Nanica	Maçã	Mamão	Melancia
Almoço	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne em Tiras com Mandioquinha, Repolho Refogado com Cenoura)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Frango com Quiabo, Purê de Abóbora)	Papa Principal [Arroz Branco, Feijão, Ovos Mexidos (Ovos, Cenoura, Abobrinha e Vagem), Acelga Refogada]	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Frango com Abóbora, Chuchu Refogado)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne Moída ao Molho com Mandioca, Repolho Refogado)
Lanche da Tarde 1	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Tarde 2	Laranja	Maçã	Mamão	Banana Nanica	Maçã
Sábado Domingo					


Ellis Ângela Guedes de Moura
Nutricionista
CRN-3: 13506


Leticia S. de Oliveira
Nutricionista
CRN-3/37024