



**PREFEITURA MUNICIPAL DE JALES**  
Endereço: Rua Cinco, 2266, Centro - CEP 15700-010  
**CARDÁPIO D e E - JULHO 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 Dyonisio** CRN -3 35188



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	27-jun	28-jun	29-jun	30-jun	1-jul
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio D Café da manhã	Leite com Chocolate, Biscoito Maisena	Bebida Láctea de Morango, Bolo Mesclado	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Margarina	Vitamina de Banana (Leite e Banana), Biscoito de Polvilho	Leite com Chocolate, Biscoito Salgado
Cardápio E Refeição	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Abóbora, Salada de Pepino	Arroz Branco, Feijão, Sassami à Jardineira (Frango Refogado com Tomate e Pimentão Verde), Salada de Alface, <b>Banana Nanica</b>	Macarrão ao Molho de Carne Moída com Cenoura, Salada de Repolho, <b>Abacaxi</b>	Galinhada (Arroz Branco, Frango Desfiado, Cenoura e Milho), Salada de Beterraba, <b>Mamão</b>	Arroz Branco, Carne Moída ao Molho com Mandioca, Salada de Acelga

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias					
	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípideo (g)	
	626,85	81,27	26,26	18,43	

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

DATA	4-jul	5-jul	6-jul	7-jul	8-jul
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio D Café da manhã	FÉRIAS				
Cardápio E Refeição					

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias					
	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípideo (g)	

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

DATA	11-jul	12-jul	13-jul	14-jul	15-jul
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio D Café da manhã	FÉRIAS				
Cardápio E Refeição					

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias					
	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípideo (g)	

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

DATA	18-jul	19-jul	20-jul	21-jul	22-jul
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio D Café da manhã	FÉRIAS	RECESSO ESCOLAR			
Cardápio E Refeição					

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias					
	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípideo (g)	

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

DATA	25-jul	26-jul	27-jul	28-jul	29-jul
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio D Café da manhã	Leite com Chocolate, Biscoito Maisena	Leite com Chocolate, Biscoito de Polvilho	Leite com Chocolate, Bolo de Fubá	Vitamina de Banana (Leite, Banana Nanica e Açúcar)	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Margarina
Cardápio E Refeição	Arroz Branco, Feijão, Carne Moída Refogada, Salada de Acelga com Cenoura	Galinhada (Arroz Branco, Frango Desfiado, Cenoura e Milho), Salada de Alface, <b>Melancia</b>	Arroz Branco, Feijão, Pernil Acebolado, Salada de Beterraba	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Repolho, <b>Banana Nanica</b>	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos ao Molho, Polenta Cremosa, <b>Maçã</b>

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias					
	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípideo (g)	
	689,32	98,79	26,08	18,76	

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 - JULHO 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 PROFª. ELIÁCIA MOREIRA, EM "PROFª. ELZA PIRO 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	27-jun	28-jun	29-jun	30-jun	1-jul
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio F Refeição	Arroz Branco, Frango ao Molho, Salada de Repolho, Maçã	Arroz Branco, Feijão, Carne Moída com Cenoura, Salada de Acelga	Arroz Branco, Feijão, Pênil Acebolado, Creme de Milho (Leite, Milho e Amido)	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Abóbora, Salada de Almeirão	Arroz Branco, Feijão, Frango Moreno (Frango e Cebola), Salada de Pepino, Laranja

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias					
	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	
	326,01	51,01	18,09	4,88	

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

DATA	4-jul	5-jul	6-jul	7-jul	8-jul
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio F Refeição	FÉRIAS				

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias					
	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	

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

DATA	11-jul	12-jul	13-jul	14-jul	15-jul
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio F Refeição	FÉRIAS				

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias					
	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	

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

DATA	18-jul	19-jul	20-jul	21-jul	22-jul
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio F Refeição	FÉRIAS	RECESSO ESCOLAR			

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias					
	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	

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

DATA	25-jul	26-jul	27-jul	28-jul	29-jul
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio F Refeição	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Repolho, Maçã	Arroz Branco, Feijão, Pênil Acebolado, Salada de Pepino	Arroz Branco, Feijão, Frango Assado, Creme de Milho, Laranja	Galinhada (Arroz Branco, Frango Desfiado, Cenoura e Milho), Salada de Alface	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Mandioca, Farofa de Couve (Farinha de Mandioca e Couve)

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias					
	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	
	385,81	61,77	16,48	7,69	

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 E/1 - JULHO 2022**

Cardápio alunos - EJA (Educação de Jovens e Adultos)  
RT Ellis Ângela Guedes de Moura - CRN -3 13506/ Amanda Hellen Alvarenga Dyonisio CRN -3 35188



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

DATA	27-jun	28-jun	29-jun	30-jun	1-jul
Semana	2ª feira	3ª feira			
Cardápio E/1 Refeição	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Abóbora, Salada de Pepino	Arroz Branco, Feijão, Salsami à Jardineira (Frango Refogado com Tomate e Pimentão Verde), Salada de Alface, <b>Banana Nanica</b>	Macarrão ao Molho de Carne Moída com Cenoura, Salada de Repolho, <b>Abacaxi</b>	Galinhada (Arroz Branco, Frango Desfiado, Cenoura e Milho), Salada de Beterraba, <b>Mamão</b>	Arroz Branco, Carne Moída ao Molho com Mandioca, Salada de Acelga

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

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
410,95	61,97	20,76	8,08

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

DATA	4-jul	5-jul	6-jul	7-jul	8-jul
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio E/1 Refeição	FÉRIAS				

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

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)

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

DATA	11-jul	12-jul	13-jul	14-jul	15-jul
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio E/1 Refeição	FÉRIAS				

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

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)

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

DATA	18-jul	19-jul	20-jul	21-jul	22-jul
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio E/1 Refeição	RECESSO ESCOLAR				

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

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)

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

DATA	25-jul	26-jul	27-jul	28-jul	29-jul
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio E/1 Refeição	Arroz Branco, Feijão, Carne Moída Refogada, Salada de Acelga com Cenoura	Galinhada (Arroz Branco, Frango Desfiado, Cenoura e Milho), Salada de Alface, <b>Melancia</b>	Arroz Branco, Feijão, Pênil Acebolado, Salada de Beterraba	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Repolho, <b>Banana Nanica</b>	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos ao Molho, Polenta Cremosa, <b>Maçã</b>

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

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
418,8	72,32	18,28	6,12

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