

3
dfo

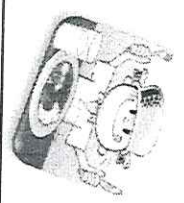
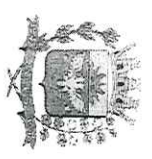
PREFEITURA MUNICIPAL DE JALES

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

CARDÁPIO C - JUNHO 2022

Cardápio para alunos EMEIS (01 a 03 anos)

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



Unidades Escolares: EMEI DERCILO JOAQUIM DE CARVALHO, EMEI JARDIM ARAPUÁ, EMEI PROF. ANTONIO DI BERNARDO PEREZ, EMEI PROF. APARECIDO TADEU R. ESTANISLAU, EMEI PROF. 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 VIEELA

DATA	30/mai	31/mai	01/jun	02/jun	03/jun
	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Desjejum	Leite com Chocolate, Biscoito Rosca	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão	Leite com Chocolate, Biscoito Maria	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Margarina	Bebida Láctea de Morango, Biscoito de Polvilho
Almoço	Arroz Branco, Feijão, Escondidinho de Carne Moída (Carne Moída, Batata, Leite e Margarina), Salada de Repolho	Arroz Branco, Feijão, Pernil Acebolado, Farofa de Couve (Farinha de Mandioca e Couve)	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Batata, Salada de Pepino	Arroz Branco, Feijão, Ovos Mexidos (Ovos, Cenoura, Abobrinha e Vagem), Salada de Alaface	Arroz Branco, Feijão, Frango com Batata Doce, Salada de Beterraba
Sobremesa	Maçã	Mamão	Banana Nanica	Laranja	Melancia
Lanche	Suco de Goiaba, Pão de Leite com Margarina	Leite com Chocolate, Biscoito Maisena	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão	Vitamina de Banana (Leite e Banana Nanica), Biscoito Rosca	Leite com Chocolate, Bolo de Coco
Jantar	Canja (Arroz, Frango, Cenoura, Chuchu e Batata)	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Acelga	Torta de Carne (Carne Moída, Abobrinha, Cenoura, Farinha de Trigo, Leite, Ovos e Fermento Químico), Suco de Laranja	Sopa de Abóbora (Macarrão, Frango, Abóbora Cabotiã, Batata e Tomate)	Sopa de Fubá (Fubá, Carne Moída, Abóbora, Mandioquinha e Chuchu)
Sábado					
Domingo					
Informação Nutricional (média semanal) - 70%					
Macronutrientes	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	
	1431,48	237,85	54,27	29,33	
Micronutrientes	Cálcio	Ferro	Vitamina A	Vitamina C	
	471,46	6,13	24,84	2,44	

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

Ellis Ângela Guedes de Moura
Nutricionista
CRN-5: 13506

Letícia S. de Oliveira
Nutricionista
CRN-5: 37024

DATA	06/jun 2ª feira	07/jun 3ª feira	08/jun 4ª feira	09/jun 5ª feira	10/jun 6ª feira
Desjejum	Leite com Chocolate, Biscoito Amanteigado	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão	Vitamina de Mamão (Leite e Mamão), Biscoito Maisena	Leite com Chocolate, Bolo Formigueiro	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Margarina
Almogo	Arroz Branco, Feijão, Carne em Tiras Acebolada, Salada de Repolho com Tomate	Arroz Branco, Feijão, Frango com Cenoura, Polenta Cremosa	Arroz Branco, Feijão, Carne Moída com Batata Doce, Salada de Acelga	Arroz Branco, Feijão, Pernil com Mandioca, Salada de Almeirão	Arroz Branco, Feijão, Frango Assado, Creme de Milho (Leite, Milho e Amido de Milho)
Sobremesa	Laranja	Banana Nanica	Maçã	Abacaxi	Mamão
Lanche	Frapê de Maracujá (Leite e Maracujá), Pão de Leite com Requeijão	Salada de Frutas (Banana Nanica, Maçã, Mamão, Laranja e Aveia), Biscoito Salgado	Suco de Laranja , Pão de Leite com Margarina	Leite com Chocolate, Biscoito Maria	Vitamina de Banana (Leite e Banana), Bolo de Chocolate
Jantar	Canjiquinha (Canjiquinha, Frango, Batata, Cenoura e Tomate)	Sopa de Legumes (Macarrão, Carne em Cubos, Beterraba, Inhame e Vagem)	Galinhada (Arroz Branco, Frango, Cenoura, Milho, Vagem e Extrato), Salada de Pepino	Sopa de Legumes com Frango (Macarrão, Frango, Batata Doce, Abóbora e Chuchu)	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Alface
Sábado					
Domingo					
Informação Nutricional (média semanal) - 70%					
Macronutrientes	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	
	1402,46	249,65	53,74	27,65	
Micronutrientes	Cálcio	Ferro	Vitamina A	Vitamina C	
	412,18	6,11	39,5	2,95	

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


 Letícia S. de Oliveira
 Nutricionista
 CRN-3: 13508


 Letícia S. de Oliveira
 Nutricionista
 CRN-3/37024

DATA	13/jun 2ª feira	14/jun 3ª feira	15/jun 4ª feira	16/jun 5ª feira	17/jun 6ª feira
Desjejum	Leite com Chocolate, Biscoito Maria	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Margarina	Leite com Chocolate, Biscoito de Polvilho		
Almoço	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Abóbora, Farofa Simples (Farinha de Mandioca, Cenoura, Milho e Ervilha)	Arroz Branco, Feijão, Bobó de Frango (Frango com Mandioca), Salada de Alface	Arroz Branco, Feijão, Carne Moída com Cenoura, Salada de Acelga		
Sobremesa	Maçã	Banana Nanica	Mamão	FERIADO	
Lanche	Leite com Chocolate, Bolo Mescado	Suco de Goiaba, Biscoito Amanteigado	Vitamina de Abacate com Banana (Leite, Abacate e Banana Nanica), Biscoito Maisena	PONTO FACULTATIVO	
Jantar	Canja (Arroz, Frango, Cenoura, Chuchu e Batata)	Polenta ao Molho de Carne Moída (Fubá, Carne Moída, Cenoura e Berrinjela)	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)	
	1727,04	309,63	64,96	25,69	
Micronutrientes	Cálcio	Ferro	Vitamina A	Vitamina C	
	479,38	7,89	29,08	3,46	

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

Elis Angela de Jesus Moura
Nutricionista
CRN-3: 13906

Letícia S. de Oliveira
Nutricionista
CRN-3/37024

DATA	20/jun 2ª feira	21/jun 3ª feira	22/jun 4ª feira	23/jun 5ª feira	24/jun 6ª feira	
Desjejum	Leite com Chocolate, Biscoito Rosca	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão	Leite com Chocolate, Bolo Mesclado	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Margarina	Vitamina de Banana (Leite e Banana Nanica), Biscoito Amanteigado	
Almoço	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos ao Molho, Salada de Repolho com Cenoura	Arroz Branco, Feijão, Pernil Acebolado, Mandioca ao Vinagrete (Mandioca, Tomate e Cebola)	Arroz Branco, Feijão, Ovos Mexidos (Ovos, Cenoura, Abobrinha e Vagem), Salada de Acelga	Arroz Branco, Feijão, Escondidinho de Carne Moída (Carne Moída, Batata, Leite e Margarina), Salada de Almeirão	Arroz Branco, Feijão, Frango com Batata Doce, Salada de Beterraba	
Sobremesa	Maçã	Mamão	Tangerina	Banana Nanica	Melancia	
Lanche	Frapê de Maracujá (Leite e Maracujá), Pão de Leite com Margarina	Leite com Chocolate, Biscoito de Polvilho	Vitamina de Mamão (Leite e Mamão), Pão de Leite com Requeijão	Leite com Chocolate, Biscoito Maria	Leite com Chocolate, Bolo de Fubá	
Jantar	Torta de Frango (Frango, Abobrinha, Cenoura, Farinha de Trigo, Leite, Ovos e Fermento Químico), Suco de Laranja	Sopa de Fubá (Fubá, Carne Moída, Abóbora, Mandioquinha e Chuchu)	Macarrão com Molho de Carne Moída, Salada de Alface	Canjiquinha (Canjiquinha, Frango, Batata, Cenoura e Tomate)	Cachorro Quente (Pão de Leite com Molho de Salsicha), Suco de Acerola	
Sábado						
Domingo						
Informação Nutricional (média semanal) - 70%						
Macronutrientes	Energia (kcal)		Carboidrato (g)		Proteína (g)	
	1949,11		368,77		72,37	
	Cálcio		Ferro		Vitamina A	
	543,75		9,24		102,73	
					Lipídeo (g)	
					30,68	
					Vitamina C	
					77,52	

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


Eliete Angélica Mendes da Moura
Funda. Ombreira
CRM-SP: 13500


Letícia S. de Oliveira
Nutricionista
CRM-3/37024



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

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



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

DATA	30/mai 2ª feira	31/mai 3ª feira	01/jun 4ª feira	02/jun 5ª feira	03/jun 6ª feira
Desjejum	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Manhã	Maçã	Mamão	Banana Nanica	Laranja	Melancia
Almoço	Papa Principal [Arroz Branco, Feijão, Escondidinho de Carne Moida (Carne Moida, Batata, Leite e Margarina), Repolho Refogado]	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Pernal Refogado com Cenoura, Couve Refogada)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Batata, Chuchu Cozido)	Papa Principal [Arroz Branco, Feijão, Ovos Mexidos (Ovos, Cenoura, Abobrinha e Vagem), Purê de Mandioquinha]	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Frango com Batata Doce, Beterraba Cozida)
Lanche da Tarde 1	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Tarde 2	Abacate	Banana Nanica	Mamão	Maçã	Mamão
Sábado					
Domingo					
Informação Nutricional (média semanal) - 70%					
Macronutrientes	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	
	490,75	61,37	22,91	17,56	
Micronutrientes	Cálcio	Ferro	Vitamina A	Vitamina C	
	506,01	2	15,39	2,98	

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

DATA	06/jun 2ª feira	07/jun 3ª feira	08/jun 4ª feira	09/jun 5ª feira	10/jun 6ª feira
Desjejum	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Manhã	Laranja	Banana Nanica	Maçã	Banana Nanica	Mamão
Almoço	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne em Tiras Acebolada, Repolho Refogado com Tomate e Purê de Batatas)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Frango com Cenoura, Polenta Cremosa)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne Moida com Batata Doce, Acelga Refogada)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Pernal com Mandioca, Chuchu Cozido)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Frango Assado, Batata Cozida e Abobrinha Refogada)
Lanche da Tarde 1	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Tarde 2	Banana Maçã	Mamão	Abacate	Maçã	Banana Nanica
Sábado					
Domingo					
Informação Nutricional (média semanal) - 70%					
Macronutrientes	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	
	516,68	70,83	22,11	16,81	
Micronutrientes	Cálcio	Ferro	Vitamina A	Vitamina C	
	501,41	2,09	5,83	4,48	

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

DATA	13/jun 2ª feira	14/jun 3ª feira	15/jun 4ª feira	16/jun 5ª feira	17/jun 6ª feira
Desjejum	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Lanche da Manhã	Maçã	Banana Nanica	Mamão		
Almoço	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Abóbora, Couve Refogada)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Bobó de Frango (Frango com Mandioca), Chuchu Cozido)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne Moida com Cenoura, Acelga Refogada)		
Lanche da Tarde 1	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira		
Lanche da Tarde 2	Mamão	Maçã	Banana Nanica		
Sábado					
Domingo					
Informação Nutricional (média semanal) - 70%					
Macronutrientes	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	
	538,13	75,95	22,7	16,74	
Micronutrientes	Cálcio	Ferro	Vitamina A	Vitamina C	
	504,61	2,37	4,55	5,95	

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

DATA	20/jun 2ª feira	21/jun 3ª feira	22/jun 4ª feira	23/jun 5ª feira	24/jun 6ª feira
Desjejum	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Manhã	Maçã	Mamão	Tangerina	Banana Nanica	Melancia
Almoço	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos ao Molho, Repolho Refogado com Cenoura)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Pernal Cozido com Mandioca, Cenoura Cozida)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Ovos Mexidos (Ovos, Cenoura, Abobrinha e Vagem), Acelga Refogada)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Escondidinho de Carne Moida (Carne Moida, Batata, Leite e Margarina), Chuchu Cozido)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Frango com Batata Doce, Beterraba Cozida)
Lanche da Tarde 1	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Tarde 2	Mamão	Abacate	Mamão	Maçã	Banana Nanica
Sábado					
Domingo					
Informação Nutricional (média semanal) - 70%					
Macronutrientes	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	
	513,27	68,17	17,32	22,21	
Micronutrientes	Cálcio	Ferro	Vitamina A	Vitamina C	
	506,67	2,3	14,79	6,67	

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

Ellis Ângela Guedes de Moura
Ellis Ângela Guedes de Moura
Nutricionista
CRN-3: 13506

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



DATA	30/mai 2ª feira	31/mai 3ª feira	01/jun 4ª feira	02/jun 5ª feira	03/jun 6ª feira
Desjejum	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Manhã	Maçã	Mamão	Banana Nanica	Laranja	Melancia
Almoço	Papa Principal [Arroz Branco, Feijão, Escondidinho de Carne Moida (Carne Moida, Batata, Leite e Margarina), Repolho Refogado]	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Pernil Refogado com Cenoura, Couve Refogada)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Batata, Chuchu Cozido)	Papa Principal [Arroz Branco, Feijão, Ovos Mexidos (Ovos, Cenoura, Abobrinha e Vagem), Purê de Mandioquinha]	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Frango com Batata Doce, Beterraba Cozida)
Lanche da Tarde 1	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Tarde 2	Abacate	Banana Nanica	Mamão	Maçã	Mamão
Jantar	Canja (Arroz, Frango, Cenoura, Chuchu e Batata)	Sopa de Fubá (Fubá, Carne Moida, Abóbora, Mandioquinha e Chuchu)	Polenta ao Molho de Carne Moida (Fubá, Carne Moida, Cenoura e Berinjela)	Sopa de Abóbora (Macarrão, Frango, Abóbora Cabotiã, Batata e Tomate)	Sopa de Fubá (Fubá, Carne Moida, Abóbora, Mandioquinha e Chuchu)
Sábado					
Domingo					
Informação Nutricional (média semanal) - 70%					
Macronutrientes	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	
	579,14	75,74	28,41	18,69	
Micronutrientes	Cálcio	Ferro	Vitamina A	Vitamina C	
	505,53	2,67	24,67	3,29	

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

DATA	06/jun 2ª feira	07/jun 3ª feira	08/jun 4ª feira	09/jun 5ª feira	10/jun 6ª feira
Desjejum	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Manhã	Laranja	Banana Nanica	Maçã	Banana Nanica	Mamão
Almoço	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne em Tiras Acebolada, Repolho Refogado com Tomate e Purê de Batatas)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Frango com Cenoura, Polenta Cremosa)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne Moida com Batata Doce, Acelga Refogada)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Pernil com Mandioca, Chuchu Cozido)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Frango Assado, Batata Cozida e Abobrinha Refogada)
Lanche da Tarde 1	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Tarde 2	Banana Maçã	Mamão	Abacate	Maçã	Banana Nanica
Jantar	Canjiquinha (Canjiquinha, Frango, Batata, Cenoura e Tomate)	Sopa de Legumes (Macarrão, Carne em Cubos, Beterraba, Inhame e Vagem)	Canja (Arroz, Frango, Cenoura, Chuchu e Batata)	Sopa de Legumes com Frango (Macarrão, Frango, Batata Doce, Abóbora e Chuchu)	Polenta ao Molho de Carne Moida (Fubá, Carne Moida, Cenoura e Berinjela)
Sábado					
Domingo					
Informação Nutricional (média semanal) - 70%					
Macronutrientes	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	
	595,45	93,37	28,33	17,64	
Micronutrientes	Cálcio	Ferro	Vitamina A	Vitamina C	
	503,34	2,37	8,28	4,48	

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

DATA	13/jun 2ª feira	14/jun 3ª feira	15/jun 4ª feira	16/jun 5ª feira	17/jun 6ª feira
Desjejum	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Lanche da Manhã	Maçã	Banana Nanica	Mamão		
Almoço	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Abóbora, Couve Refogada)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Bobó de Frango (Frango com Mandioca), Chuchu Cozido)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne Moida com Cenoura, Acelga Refogada)		
Lanche da Tarde 1	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira		
Lanche da Tarde 2	Mamão	Maçã	Banana Nanica		
Jantar	Canja (Arroz, Frango, Cenoura, Chuchu e Batata)	Polenta ao Molho de Carne Moida (Fubá, Carne Moida, Cenoura e Berinjela)	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)	
	636,02	90,77	30,02	17,87	
Micronutrientes	Cálcio	Ferro	Vitamina A	Vitamina C	
	507,43	2,84	17,15	6,27	

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

DATA	20/jun 2ª feira	21/jun 3ª feira	22/jun 4ª feira	23/jun 5ª feira	24/jun 6ª feira
Desjejum	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Manhã	Maçã	Mamão	Tangerina	Banana Nanica	Melancia
Almoço	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos ao Molho, Repolho Refogado com Cenoura)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Pernil Cozido com Mandioca, Cenoura Cozida)	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Ovos Mexidos (Ovos, Cenoura, Abobrinha e Vagem), Acelga Refogada)	Papa Principal [Arroz Branco, Feijão, Escondidinho de Carne Moida (Carne Moida, Batata, Leite e Margarina), Chuchu Cozido]	Papa Principal (Arroz Branco, Feijão, Frango com Batata Doce, Beterraba Cozida)
Lanche da Tarde 1	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da Tarde 2	Mamão	Abacate	Mamão	Maçã	Banana Nanica
Jantar	Canja (Arroz, Frango, Cenoura, Chuchu e Batata)	Sopa de Fubá (Fubá, Carne Moida, Abóbora, Mandioquinha e Chuchu)	Sopa de Mandioca (Macarrão, Carne Moida, Mandioca, Berinjela e Abóbora)	Canjiquinha (Canjiquinha, Frango, Batata, Cenoura e Tomate)	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)	
	590,1	90,14	28,55	18,14	
Micronutrientes	Cálcio	Ferro	Vitamina A	Vitamina C	
	506,19	2,55	15,52	6,91	

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

Elis 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 D e E - JUNHO 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 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	30-mai	31-mai	1-jun	2-jun	3-jun
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio D Café da manhã	Leite com Chocolate, Biscoito Maria	Vitamina de Banana (Leite, Banana e Açúcar), Pão de Leite com Requeijão	Leite com Chocolate, Biscoito de Polvilho	Suco de Abacaxi, Bolo Formigueiro	Leite com Chocolate, Biscoito Rosca
Cardápio E Refeição	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos ao Molho com Abóbora, Farofa Simples (Farinha de Mandioca, Cenoura, Milho e Ervilha)	Arroz Branco, Feijão, Sassami à Jardineira (Frango Refogado com Tomate e Pimentão Verde), Polenta Cremosa, Tangerina	Arroz Branco, Feijão, Carne Moída com Batata Doce, Salada de Pepino	Arroz Branco, Feijão, Pernil Acebolado, Creme de Milho (Leite, Milho e Amido), Banana Nanica	Macarrão ao Molho de Carne Moída com Cenoura, Salada de Alface, Maçã

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias				
	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
	697,84	106,04	28,01	18,3

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

DATA	6-jun	7-jun	8-jun	9-jun	10-jun
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio D Café da manhã	Leite com Chocolate, Biscoito Maisena	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Margarina	Bebida Láctea de Morango, Bolo do Coco	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Requeijão	Vitamina de Abacate com Banana (Leite, Abacate e Banana Nanica), Biscoito Salgado
Cardápio E Refeição	Arroz Branco, Feijão, Carne em Tiras Acebolada, Salada de Repolho com Tomate	Arroz Branco, Feijão, Frango com Cenoura, Polenta Cremosa, Mamão	Macarrão ao Molho de Carne Moída com Cenoura, Salada de Acelga	Arroz Branco, Feijoadinha (Feijão Preto, Carne em Cubos e Linguíça Calabresa), Farofa de Couve (Farinha de Mandioca e Couve), Laranja	Galinhada (Arroz Branco, Frango Desfiado, Cenoura e Milho), Salada de Almeirão, Abacaxi

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias				
	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
	644,55	95,19	23,78	18,98

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

DATA	13-jun	14-jun	15-jun	16-jun	17-jun
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio D Café da manhã	Leite com Chocolate, Biscoito Rosca	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Margarina	Vitamina de Mamão (Leite e mamão), Biscoito Maria	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Cardápio E Refeição	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Abóbora, Salada de Acelga	Arroz Branco, Feijão, Frango ao Molho, Salada de Pepino, Banana Nanica	Macarrão ao Molho de Carne Moída com Cenoura, Salada de Alface		

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias				
	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
	642,44	92,12	24,26	19,78

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

DATA	20-jun	21-jun	22-jun	23-jun	24-jun
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio D Café da manhã	Leite com Chocolate, Biscoito de Polvilho	Suco de Goiaba, Pão de Leite com Requeijão	Vitamina de Banana (Leite, Banana Nanica e Açúcar), Biscoito Amanteigado	Leite com Chocolate, Pão de Leite com Margarina	Leite com Chocolate, Bolo de Fubá
Cardápio E Refeição	Arroz Branco, Carne em Cubos ao Molho, Salada de Repolho com Cenoura, Maçã	Arroz Branco, Feijão, Pernil Acebolado, Mandioca ao Vinagrete (Mandioca, Tomate e Cebola)	Arroz Branco, Feijão, Frango com Abóbora, Salada de Almeirão	Macarrão ao Molho de Carne Moída com Cenoura, Salada de Acelga, Melancia	Cachorro Quente (Pão de Leite ao Molho de Salsicha), Suco de Acerola, PIPOCA

Informação Nutricional (média semanal) - 30% das necessidades diárias				
	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
	624,67	102,3	23,15	20,18

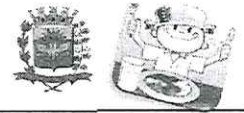
Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011


Elis 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 F - JUNHO 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. ELÍCIA 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	30-mai	31-mai	1-jun	2-jun	3-jun
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio F Refeição	Arroz Branco, Feijão, Almondegas ao Sugo, Salada de Pepino com Tomate, Mamão	Arroz Temperado (Arroz Branco, Carne Moída, Cenoura, Milho e Ervilha), Salada de Repolho	Galinhada (Arroz Branco, Frango Desfiado, Cenoura e Milho), Salada de Alface, Maçã	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Acelga com Cenoura	Arroz Branco, Feijão, Frango com Batata, Polenta Cremosa

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	6-jun	7-jun	8-jun	9-jun	10-jun
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio F Refeição	Arroz Branco, Feijão, Carne Moída Refogada, Salada de Beterraba, Laranja	Arroz Branco, Feijão, Pênil Acebolado, Farofa de Couve (Farinha de Mandioca e Couve)	Arroz Branco, Feijão, Frango ao Molho, Salada de Alface, Banana Nanica	Arroz Temperado (Arroz Branco, Carne Moída, Cenoura, Milho e Ervilha), Salada de Repolho com Tomate	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Acelga

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	13-jun	14-jun	15-jun	16-jun	17-jun
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio F Refeição	Arroz Branco, Feijão, Escondidinho de Frango (Frango, Batata, Leite e Margarina), Salada de Pepino, Maçã	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Repolho com Cenoura	Arroz Branco, Feijão, Frango com Cenoura, Salada de Beterraba, Mamão	FERIADO	PONTO FACULTATIVO

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	20-jun	21-jun	22-jun	23-jun	24-jun
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio F Refeição	Arroz Branco, Feijão, Frango Moreno (Frango e Cebola), Salada de Acelga	Arroz Temperado (Arroz Branco, Carne Moída, Cenoura, Milho e Ervilha), Salada de Alface, Banana Nanica	Macarrão ao Molho de Carne Moída, Salada de Repolho com Tomate, Laranja	Galinhada (Arroz Branco, Frango, Cenoura, Milho e Extrato), Salada de Beterraba	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Batata, 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)	

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

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 E/1 - JUNHO 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	30-mai	31-mai	1-jun	2-jun	3-jun
Semana	2ª feira	3ª feira			
Cardápio E/1 Refeição	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos ao Molho com Abóbora, Farofa Simples (Farinha de Mandioca, Cenoura, Milho e Ervilha)	Arroz Branco, Feijão, Sassami à Jardineira (Frango Refogado com Tomate e Pimentão Verde), Polenta Cremosa, Tangerina	Arroz Branco, Feijão, Carne Moída com Batata Doce, Salada de Pepino	Arroz Branco, Feijão, Pernil Acebolado, Creme de Milho (Leite, Milho e Amido), Banana Nanica	Macarrão ao Molho de Carne Moída com Cenoura, Salada de Alface, Maçã

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	6-jun	7-jun	8-jun	9-jun	10-jun
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio E/1 Refeição	Arroz Branco, Feijão, Carne em Tiras Acebolada, Salada de Repolho com Tomate	Arroz Branco, Feijão, Frango com Cenoura, Polenta Cremosa, Mamão	Macarrão ao Molho de Carne Moída com Cenoura, Salada de Acelga	Arroz Branco, Feijoadinha (Feijão Preto, Carne em Cubos e Linguiça Calabresa), Farofa de Couve (Farinha de Mandioca e Couve), Laranja	Galinhada (Arroz Branco, Frango Desfiado, Cenoura e Milho), Salada de Almeirão, Abacaxi

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	13-jun	14-jun	15-jun	16-jun	17-jun
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio E/1 Refeição	Arroz Branco, Feijão, Carne em Cubos com Abóbora, Salada de Acelga	Arroz Branco, Feijão, Frango ao Molho, Salada de Pepino, Banana Nanica	Macarrão ao Molho de Carne Moída com Cenoura, Salada de Alface	FERIADO	PONTO FACULTATIVO

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	20-jun	21-jun	22-jun	23-jun	24-jun
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio E/1 Refeição	Arroz Branco, Carne em Cubos ao Molho, Salada de Repolho com Cenoura, Maçã	Arroz Branco, Feijão, Pernil Acebolado, Mandioca ao Vinagrete (Mandioca, Tomate e Cebola)	Arroz Branco, Feijão, Frango com Abóbora, Salada de Almeirão	Macarrão ao Molho de Carne Moída com Cenoura, Salada de Acelga, Melancia	Cachorro Quente (Pão de Leite ao Molho de Salsicha), Suco de Acerola, PIPOCA

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


Ellis Ângela Guedes de Moura
Nutricionista
CRN-3: 13506


Leticia S. de Oliveira
Nutricionista
CRN-3/37024