

CARDÁPIO 3
CRECHE - CRIANÇAS 01 A 03 ANOS
DESJEJUM, ALMOÇO, LANCHE e JANTAR

Referências Nutricionais: Taco 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 01/10/2018	Terça-Feira 02/10/2018	Quarta-Feira 03/10/2018	Quinta-Feira 04/10/2018	Sexta-feira 05/10/2018					
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO ROSQUINHA DE CHOCOLATE	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO DE LEITE COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER INTEGRAL					
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO ASSADO DE BATATA (purê de batata, ovos mexidos com cenoura ralada) MELANCIA	ARROZ FEIJÃO COM MANDIOQUINHA E TOMATE SALADA DE BETERRABA GELATINA DE MORANGO	MACARRÃO PENNE AO MOLHO ROSÉ (molho de tomate com molho branco, frango, abóbora moranga e tomate) FEIJÃO LARANJA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BERINJELA E CENOURA SALADA DE ALFACE BANANA	ARROZ FEIJÃO COM BRÓCOLIS E INHAME MAÇÃ					
LANCHE	MINGAU DE COCO	TORTA DE CARNE (carne moída, cenoura e tomate) SUCO DE LIMÃO COM COUVE	SALADA DE FRUTAS (banana, laranja, maçã, maçã e mamão)	ARROZ DOCE	BOLO DE MILHO SUCO DE MAÇÃ COM LIMÃO					
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, BATATA DOCE, CHUCHUE TOMATE	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, MANDIOCA, CENOURA E COUVE	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, ABÓBORA MORANGA, ABOBRINHA E TOMATE	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, CARÁ, BRÓCOLIS E CENOURA	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, INHAME, CHUCHU E ESCAROLA					
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
911.02	136.97	13.70	33.03	26.59	646.55	79.21	353.54	89.60	9.91	2.37

Cardápio sujeito à alterações

Priscila Cristina C. Martins
Nutricionista
CRN - 36.857

CARDÁPIO 3
CRECHE - CRIANÇAS 01 A 03 ANOS
DESJEJUM, ALMOÇO, LANCHE e JANTAR
Referências Nutricionais: Taco 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 08/10/2018	Terça-Feira 09/10/2018	Quarta-Feira 10/10/2018	Quinta-Feira 11/10/2018	Sexta-feira 12/10/2018					
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO DE LEITE	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO DE LEITE COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA						
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO SALSICHA COM CHUCHU E CENOURA MACÃ	MACARRÃO À BOLONHESA(molho de tomate, carne moída, abóbora paulista e chuchu) FEIJÃO SALADA DE REPOLHO MELANCIA	ARROZ FEIJÃO STROGONOFF DE FRANGO (molho branco, tomate e abóbora moranga) GELATINA DE LIMÃO	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (carne em cubos, batata e cenoura) SALADA DE COUVE LARANJA	FERIADO					
LANCHE	CANJICA	BEBIDA LÁCTEA DE MORANGO BISCOITO DE COCO	PAVÊ DE CHOCOLATE	BOLO DE LIMÃO SUCO DE LARANJA COM CENOURA						
JANTAR	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, BATATA, ABÓBORA PAULISTA E CHUCHU	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, MANDIOCA, ABOBRINHA E BETERRABA	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, INHAME, CHUCHU E TOMATE	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA, ABÓBORA PAULISTA E VAGEM						
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
925,54	135,93	13,39	32,84	28,83	595,69	94,04	377,44	85,51	9,99	2,78

Cardápio sujeito à alterações

Priscila Cristina C. Martins
Nutricionista
CRN = 36.857

CARDÁPIO 3

CRECHE - CRIANÇAS 01 A 03 ANOS
DESJEJUM, ALMOÇO, LANCHE e JANTAR

Referências Nutricionais: Taco 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 15/10/2018	Terça-Feira 16/10/2018	Quarta-Feira 17/10/2018	Quinta-Feira 18/10/2018	Sexta-feira 19/10/2018					
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO MAISENA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO DE LEITE COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO MARIA					
ALMOÇO	ARROZ À PRIMAVERA (arroz, cenoura e milho) FRANGO FEIJÃO COM MANDIOCA E BRÓCOLIS LARANJA	ARROZ FEIJÃO MOELA COM TOMATE E CENOURA SALADA DE ACELGA GELATINA DE PÊSSEGO	ARROZ FEIJÃO PEIXE AO MOLHO COM ABOBRINHA E PIMENTÃO VERMELHO MELANCIA	MACARRÃO PENNE AO MOLHO BRANCO (molho branco, frango desfiado, cenoura e ervilha) FEIJÃO SALADA DE ALFACE COM BETERRABA RALADA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA E ABÓBORA PAULISTA MAÇÃ					
LANCHE	ARROZ DOCE	BOLO NUTRITIVO SUCO DE ABACAXI	MINGAU DE COCO	SANDUÍCHE NATURAL (pão integral, frango desfiado, cenoura ralada e alface) SUCO DE MARACUJÁ	SALADA DE FRUTAS (banana, laranja, maçã, maçã e mamão)					
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, MANDIOQUINHA, CHUCHU E TOMATE	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA, CENOURA E ABOBORA PAULISTA	SOPA DE MACARRÃO COM CARNEMOÍDA, BATATA DOCE, TOMATE E CHUCHU	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, CARÁ, ABÓBORA MORANGA E COUVE	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, INHAME, CENOURA E ACELGA					
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
891,69	132,75	13,34	33,26	26,33	825,62	77,89	380,04	81,40	10,84	2,44

Cardápio sujeito à alterações

Priscila Cristina C. Martins
Nutricionista
CRN-36.857

CARDÁPIO 3
CRECHE - CRIANÇAS 01 A 03 ANOS
DESJEJUM, ALMOÇO, LANCHE e JANTAR
Referências Nutricionais: Taco 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 22/10/2018	Terça-Feira 23/10/2018	Quarta-Feira 24/10/2018	Quinta-Feira 25/10/2018	Sexta-feira 26/10/2018					
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO DE COCO	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO DE LEITE COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER					
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO ESCONDIDINHO DE LINGUIÇA (purê de batata, linguiça de frango e cenoura ralada) MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO JARDINEIRA DE CARNE (carne moída, molho de tomate, abobrinha e cenoura) CHUCHU SALADA DE LARANJA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE FRANGO (frango, farinha de milho e cenoura ralada) MELANCIA	ARROZ DE FEIJÃO (pernil íscas, farinha de milho, pimentão verde e abóbora moranga) SALADA DE TOMATE BANANA	MACARRÃO AO MOLHO DE FRANGO (molho de tomate, frango, milho e abobrinha) FEIJÃO GELATINA DE ABACAXI					
LANCHE	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	PAVÊ DE MORANGO	BOLO DE BETERRABA SUCO DE MELANCIA	CANJICA	TORTA DE LEGUMES (cenoura, chuchu e tomate) SUCO DE LARANJA					
JANTAR	SOPA DE ARROZ CARNE MOÍDA, MANDIOCA, CHUCHU E TOMATE	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, BATATA, ABÓBORA MORANGA E ESCAROLA	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, ABÓBORA PAULISTA, BETERRABA E REPOLHO	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, CARÁ, CENOURA E COUVE	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, INHAME, TOMATE E VAGEM					
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
955,26	145,09	13,30	33,82	27,87	671,17	84,60	383,30	91,75	11,18	2,74

Cardápio sujeito à alterações

Priscila Cristina C. Martins
Nutricionista
CRN-36.857

Priscila A.D. G. 3330
Nutricionista
CRN-33920
Anexo 2 - Rê.00 - Cardápio

CARDÁPIO 3

CRECHE - CRIANÇAS 01 A 03 ANOS
DESJEJUM, ALMOÇO, LANCHE e JANTAR

Referências Nutricionais: Taco 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 29/10/2018	Terça-Feira 30/10/2018	Quarta-Feira 31/10/2018	Quinta-Feira 01/11/2018	Sexta-feira 02/11/2018					
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO DE MAISENA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO DE LEITE COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA						
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FÍGADO COM TOMATEE MANDIOQUINHA MELANCIA	MACARRÃO AO SUGO (molho de tomate) FEIJÃO CARNE MOÍDA COM ERVILHA E ABÓBORA MORANGA SALADA DE CENOURA RALADA MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA DOCE E CENOURA LARANJA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM QUIABO E TOMATE DE ABOBRINHA GELATINA DE CEREJA	FERIADO					
LANCHE	MINGAU DE CHOCOLATE	LEITE DE FLOCOS DE MILHO	BOLO PÃO DE LÓ COM COBERTURA DE DOCE DE LEITE CREMOSO LARANJA COM COUVE	ARROZDOCE						
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, BATATA DOCE, CHUCHUE TOMATE	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, MANDIOCA, CENOURA E CHUCHU	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, ABÓBORA PAULISTA, BETERRABA E TOMATE	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, CARÁ, ABOBRINHA E ABÓBORA MORANGA						
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
913.65	138.47	13.32	33.66	25.98	1.315,17	85,29	382,32	81,58	11,52	2,99

Cardápio sujeito a alterações

Priscila Cristina C. Martins
Nutricionista
CRN 11.265.857