

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 03/09/2018	Terça-Feira 04/09/2018	Quarta-Feira 05/09/2018	Quinta-Feira 06/09/2018	Sexta-feira 07/09/2018					
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO DE LEITE	VITAMINA DE ABACATE PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO DE LEITE COM MARGARINA	VITAMINA DE MAMÃO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA						
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FÍGADO ACEBOLADO COM TOMATE E ABÓBORA PAULISTA LARANJA	MACARRÃO AO SUGO (molho de tomate) FRANGO FRANGO COM CENOURA E ABOBRINHA SALADA DE PEPINO GELATINA DE MORANGO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA E PIMENTÃO VERMELHO BANANA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM QUIABO E TOMATE SALADA DE ALFACE MELANCIA	FERIADO					
LANCHE	ARROZ DOCE	BOLO DE FUBÁ SUCO DE MARACUJÁ	MINGAU DE BAUNILHA	SALADA DE FRUTAS (banana, laranja, maçã e mamão)						
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, BATATA, CENOURA E MANDIOQUINHA	SOPA DE ARROZ, COM CARNE MOÍDA, CARÁ, ABOBRINHA E ABÓBORA MORANGA	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, BATATA, BETERRABA E ABOBRINHA	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, INHAME, ABÓBORA PAULISTA E COUVE						
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)
886,16	134,86	13,34	32,47	25,35	1.072,85	84,80	357,00	97,00	10,24	2,50

Cardápio sujeito à alterações

Priscila Cristina A. Martins

Nutricionista

CRN-36.857

Priscila Cristina A. Martins
Nutricionista
Anexo 2 - Referências
CRN-36857

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 10/09/2018	Terça-Feira 11/09/2018	Quarta-Feira 12/09/2018	Quinta-Feira 13/09/2018	Sexta-feira 14/09/2018					
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO DE COCO	VITAMINA DE MAÇÃ PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO DE LEITE COM MARGARINA	VITAMINA DE MAMÃO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITOS ROSQUINHA DE CHOCOLATE					
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO ADICIONADO (feijão preto, linguiça de frango, couve e abóbora paulista) SALADA DE TOMATE MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO ESCONDIDINHO DE CARNE MOÍDA (purê de batata, carne moída e cenoura ralada) MELANCIA	MACARRÃO PENNE AO MOLHO BRANCO (molho branco, frango desfiado, cenoura e ervilha) FEIJÃO SALADA DE REPOLHO BANANA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BRÓCOLIS E CARÁ DE CEREJA	ARROZ À GREGA (arroz, vagem, cenoura e pimentão vermelho) FEIJÃO FRANGO COM BATATA E TOMATE LARANJA					
LANCHE	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CANJICA	TORTA DE FRANGO (frango desfiado, cenoura e abobrinha) SUCO DE ABACAXI	PAVÊ DE COCO	BOLO DE CENOURA COM CALDA DE CHOCOLATE SUCO DE LARANJA COM BETERRABA					
JANTAR	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, MANDIOCA, CENOURA E VAGEM	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, MANDIOQUINHA, ABÓBORA MORANGA E CHUCHU	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABÓBORA PAULISTA, BETERRABA E REPOLHO	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, INHAME, TOMATE E ACELGA	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, BATATA, CENOURA E REPOLHO					
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)
970.47	147.34	13.33	35.11	28.05	997.30	87.61	409.61	97.09	11.73	2.67

Cardápio sujeito a alterações

Priscila Cristina G. 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 17/09/2018	Terça-Feira 18/09/2018	Quarta-Feira 19/09/2018	Quinta-Feira 20/09/2018	Sexta-feira 21/09/2018					
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO MARIA	VITAMINA DE MAMÃO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO DE LEITE COM MARGARINA	VITAMINA DE BANANA PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER INTEGRAL					
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO SALSICHA COM TOMATE E ABOBRINHA MELANCIA	MACARRÃO PENNE À BOLONHESA (molho de tomate, carne moída, chuchu e abóbora moranga) FEIJÃO SALADA DE ACELGA LARANJA	ARROZ FEIJÃO COZIDO DE CARNE (carne em cubos, batata doce, abóbora moranga, tomate e repolho) MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA E CHUCHU SALADA DE COUVE BANANA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM TOMATE E VAGEM GELATINA DE UVA					
LANCHE	MINGAU DE BICOLOR	BOLO DE COLORIDO SUCO DE LARANJA COM COUVE	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	ARROZDOCE	SANDUÍCHE NATURAL ((pão integral, frango desfiado, cenoura ralada e alface) SUCO DE LARANJA					
JANTAR	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, MANDIOCA, CENOURA E COUVE	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO., BATATA DOCE, CHUCHU E TOMATE	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, ABÓBORA PAULISTA, CENOURA E ACELGA	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, CARÁ, ABOBRINHA E BETERRABA	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, BATATA, ABÓBORA MORANGA 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)
914.89	120.58	13.66	32.13	26.62	557.15	92.18	354.86	94.93	9.81	2.80

Cardápio sujeito à alterações

Priscila Cristina 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 24/09/2018	Terça-Feira 25/09/2018	Quarta-Feira 26/09/2018	Quinta-Feira 27/09/2018	Sexta-feira 28/09/2018					
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO DE COCO	VITAMINA DE ABACATE PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO DE LEITE COM MARGARINA	VITAMINA DE MAÇÃ PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO MAISENA					
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO PAÇOCA DE CARNE(farinha de milho, carne iscas, e cenoura ralada) MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO BOBÓ DE FRANGO (creme de mandioca, frango e pimentão amarelo) SALADA DE CENOURA RALADA GELATINA DE FRAMBOESA	ARROZ FEIJÃO PEIXE AO MOLHO COM BATATA E CENOURA LARANJA	MACARRÃO AO MOLHO ROSÉ (molho de tomate com molho branco, frango, cenoura e tomate) FEIJÃO SALADA DE ALFACE COM BETERRABA MELANCIA	RISOTO DE CARNE MOÍDA (arroz, carne moída, molho de tomate, ervilha e abóbora paulista) FEIJÃO BANANA					
LANCHE	CANJICA	TORTA DE LEGUMES (cenoura, chuchu e tomate) SUCO DE LIMÃO	PAVÊ DE BAUNILHA	VITAMINA DE BANANA BISCOITO ROSQUINHA DE COCO	BOLO PÃO DE LÓ DE CHOCOLATE COM COBERTURA DE DOCE DE LEITE CREMOSO SUCO DE ABACAXI					
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, CARÁ, CENOURA E ACELGA	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, BATATA, ABÓBORA MORANGA E VAGEM	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, BATATA, ABÓBORA PAULISTA E MANDIOQUINHA	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, INHAME, CHUCHUE ABOBRINHA	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, MANDIOCA, CENOURA 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)
939,77	145,42	13,90	33,66	26,11	869,88	70,65	359,69	92,40	10,42	2,38

Cardápio sujeito a alterações

Priscila Cristina G. Martins
Nutricionista
CRN - 33930

Anexo 2 - Re.00 - Cardápio