

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 04/03/2019	Terça-Feira 05/03/2019	Quarta-Feira 06/03/2019	Quinta-Feira 07/03/2019	Sexta-feira 08/03/2019					
DESJEJUM			LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO MAISENA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER INTEGRAL					
ALMOÇO	PONTO FACULTATIVO	CARNAVAL	MACARRÃO PENNE AO MOLHO BRANCO(molho branco, frango desfiado, cenoura e ervilha) FEIJÃO SALADA DE BETERRABA MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO CARNEMOÍDA COM CHUCHU E ABÓBORA PAULISTA GELATINA DE UVA	FEIJÃO ARROZ COM TOMATE E CENOURA SALADA DE ALFACE LARANJA					
LANCHE			CANIICA	BOLO DE CENOURA COM CALDA DE CHOCOLATE SUCO DE MARACUJÁ	MINGAU DE COCO					
JANTAR			SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, ABÓBORA MORANGA, ABOBRINHA E ACELGA	CALDO VERDE(purê de batata, frango, couve, tomate e cenoura ralada)	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, INHAME, CENOURA E CHUCHU					
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)
821,63	121,43	13,36	31,90	24,30	762,48	74,64	38,18	71,87	9,81	2,18

Cardápio sujeito à alterações

Priscila Cristina Martins
Nutricionista
CRN - 55.557

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 11/03/2019	Terça-Feira 12/03/2019	Quarta-Feira 13/03/2019	Quinta-Feira 14/03/2019	Sexta-feira 15/03/2019					
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO DE COCO	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER					
ALMOÇO	MACARRÃO Á BOLONHESA (molho de tomate, carne moída, abobrinha e tomate) FEIJÃO MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO DE MOELA (farinha de milho, moela, cenoura e tomate) SALADA DE ACELGA GELATINA DE FRAMBOESA	ARROZ FEIJÃO JARDINEIRA DE CARNE (molho de tomate, carne moída, abóbora moranga e chuchu) MELANCIA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM INHAME E BRÓCOLIS SALADA DE CENOURA LARANJA	ARROZ DE FEIJÃO (feijão, farinha de milho, pernil íscas, couve e tomate) BANANA					
LANCHE	SUCO DE MAÇÃ COM LARANJA BISCOITOMARIA	PUDIM DE BAUNILHA	SALADA DE FRUTAS (banana, laranja, maçã e mamão)	TORTA DE LEGUMES (cenoura, chuchu e tomate) SUCO DE LARANJA COM BETERRABA	BOLO DE LARANJA DE ABACAXI					
JANTAR	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, CARÁ, CHUCHU E E BETERRABA	CREME DE INHAME (purê de inhame, carne moída, chuchu, brócolis e abobrinha)	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, BATATA-DOCE, CHUCHU E TOMATE	CREME DE ABÓBORA (purê de abóbora moranga, frango desfiado, abóbora paulista, cenoura e tomate)	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, BATATA, CENOURA E MANDIOQUINHA					
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)
896.15	136.12	13.38	33.63	25.18	848.28	82.45	356.45	9.03	9.84	2.56

Cardápio sujeito a alterações

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 18/03/2019	Terça-Feira 19/03/2019	Quarta-Feira 20/03/2019	Quinta-Feira 21/03/2019	Sexta-feira 22/03/2019					
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO DE LEITE					
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FÍGADO COM MANDIOQUINHA E CENOURA MELANCIA	MACARRÃO PENNE AO SUGO (molho de tomate) FRANGO COM COUVE-FLORES E ABÓBORA MORANGA PEPINO MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM CARÁ E TOMATE BANANA	ARROZ FEIJÃO ESCONDIDINHO DE FRANGO (purê de mandioca, frango desfiado e cenoura ralada) DE COUVE GELATINA DE MORANGO	ARROZ À GREGA (arroz, cenoura, pimentão amarelo e vagem) FEIJÃO LINGUIÇA COM BATATA E ABOBRINHA LARANJA					
LANCHE	MINGAU DE CHOCOLATE	ARROZ DOCE	BOLO DE BETERRABA SUCO DE LARANJA COM CENOURA	SANDUÍCHE NATURAL (pão integral, frango desfiado, alface e cenoura ralada) SUCO DE MARACUJÁ COM COUVE	SALADA DE FRUTAS (banana, laranja, maçã e mamão)					
JANTAR	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, ABÓBORA MORANGA, ABOBRINHA E REPOLHO	CREME MIX DE LEGUMES (creme de batata, frango, couve- flor, chuchu e cenoura)	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, CARÁ, ABÓBORA PAULISTA E COUVE	CREME DE BATATA-DOCE (purê de batata doce, carne moída, cará, chuchu e tomate)	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, INHAME, CENOURA E BRÓCOLIS					
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)
925.17	14.12	12.22	33.86	26.22	1.192.26	89.19	338.48	91.59	10.11	2.57

Cardápio sujeito a alterações

Priscila Cristina Martins
Nutricionista
CRN - 35.857

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 25/03/2019	Terça-Feira 26/03/2019	Quarta-Feira 27/03/2019	Quinta-Feira 28/03/2019	Sexta-Feira 29/03/2019					
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO ROSQUINHA CHOCOLATE	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO DE COCO					
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO SALSICHA COM CHUCHU E ABÓBORA PAULISTA LARANJA	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (carne em cubos, batata e cenoura) SALADA DE CHUCHU MELANCIA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM PIMENTÃO VERDE E ABÓBORA MORANGA MAMÃO	RISOTO DE CARNE MOÍDA (arroz, molho de tomate, carne moída, tomate e chuchu) FEIJÃO SALADA DE ESCAROLA BANANA	MACARRÃO PENNE AO MOLHO ROSÉ (molho de tomate com molho branco, frango, abóbora paulista e cenoura) FEIJÃO GELATINA DE CEREJA					
LANCHE	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	PAVÊ DE MORANGO	VITAMINA DE MAMÃO COM BANANA BISCOITO CREAM CRACKER	SALADA DE FRUTAS (banana, laranja, maçã e melancia)	BOLO PÃO DE LÓ CHOCOLATE COM COBERTURA DE DOCE DE LEITE CREMOSO SUCO DE LIMÃO					
JANTAR	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, MANDIOQUINHA, ABOBRINHA E ESPINAFRE	CREME DE MANDIOCA (purê de mandioca, carne moída, cará, chuchu e cenoura ralada)	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA, ABÓBORA PAULISTA E COUVE	CREME DE MANDIOQUINHA (purê de mandioquinha, frango, batat, tomate e cenoura)	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)
930,35	141,41	13,32	32,39	27,26	705,47	87,24	377,72	84,19	11,32	2,73

Cardápio sujeito à alterações

Priscila Castanha C. Martins
Nutricionista
CRN - 35.857