

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 29/04/2019	Terça-Feira 30/04/2019	Quarta-Feira 01/05/2019	Quinta-Feira 02/05/2019	Sexta-feira 03/05/2019					
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO MAISENA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA		LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER INTEGRAL					
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM ABÓBORA MORANGA E VAGEM MELANCIA	MACARRÃO PENNE AO MOLHO BRANCO (molho branco, frango e cenoura e brócolis) FEIJÃO SALADA DE BETERRABA LARANJA	FERIADO	ARROZ FEIJÃO PEIXE AO MOLHO COM BATATA E ABÓBORA PAULISTA SALADA MIX DE FOLHAS BANANA	RISOTO DE FRANGO (arroz, molho de tomate, frango, cenoura e abobrinha) MEXERICA					
LANCHE	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	BOLO DE CENOURA COM CALDA DE CHOCOLATE SUCO DE MAÇÃ COM LARANJA		MINGAU DE CHOCOLATE	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, laranja e mamão)					
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, INHAME, TOMATE E ABOBRINHA	CREME DE MANDIOCA (purê de mandioca, carne moída, cará, chuchu, e cenoura ralada)		CALDO VERDE (purê de batata, frango couve, tomate e cenoura ralada)	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, MANDIOQUINHA, CHUCHU E ABÓBORA PAULISTA					
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)
926.88	145.00	13.40	33.33	24.97	793.42	115.04	395.66	106.03	11.32	2.68

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 06/05/2019	Terça-Feira 07/05/2019	Quarta-Feira 08/05/2019	Quinta-Feira 09/05/2019	Sexta-Feira 10/05/2019
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 COCO
ALMOÇO	MACARRÃO AO MOLHO DE SALSICHA COM ABÓBORA PAULISTA E CHUCHU FEIJÃO LARANJA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM CARÁ E TOMATE SALADA DE REPOLHO MELANCIA	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (carne cubos, mandioca e cenoura) MAÇÃ	ARROZ À GREGA (arroz, vagem, cenoura e pimentão vermelho) FEIJÃO COM INHAME E BRÓCOLIS SALADA DE ALFACE GELATINA DE CEREJA	ARROZ FEIJÃO MEXICANO (feijão, carne moída, tomate e abobrinha) MEXERICÁ
LANCHE	PAVÊ DE CHOCOLATE	CANJICA	BOLO DE LARANJA SUCO DE MAÇÃ COM LIMÃO	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, laranja e melancia)	TORTA DE LEGUMES (cenoura, chuchu e tomate) SUCO DE LARANJA
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, CARÁ, ABÓBORA PAULISTA E REPOLHO	CANJA DE GALINHA (arroz, frango, batata, cenoura e tomate)	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, INHAME, MANDIOQUINHA E BRÓCOLIS	CREME DE ABÓBORA (purê de abóbora moranga, frango desfiado, abóbora paulista, cenoura e tomate)	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, MANDIOCA, BETERRABA E VAGEM
Informação nutricional (média semanal)					
Energia (kcal)	Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais
	Proteínas (g)	Fibras (g)	CHO (g)	Ca (mg)	Mg (mg)
	Fe (mg)	Zn (mg)	A (RE)	C (mg)	
408.86	135.81	13.39	32.47	27.29	908.30
					90.83
					86.00
					372.03
					10.18
					2.91

Cardápio sujeito à alterações

Priscila Cristina Martins

Nutricionista
CRN - 36.857

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 13/05/2019	Terça-Feira 14/05/2019	Quarta-Feira 15/05/2019	Quinta-Feira 16/05/2019	Sexta-Feira 17/05/2019					
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO DE LEITE	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO ROSQUINHA DE CHOCOLATE					
ALMOÇO	ARROZ OMELETE DE FORNO (cenoura ralada e abobrinha) MELANCIA	ARROZ DE FEIJÃO (feijão, pernil íscas, couve e tomate) SALADA DE CENOURA LARANJA	ARROZ FEIJÃO FÍGADO COM CENOURA E BRÓCOLIS GELATINA DE UVA	MACARRÃO PENNE AO MOLHO ROSÉ (molho de tomate com molho branco, frango, abóbora moranga e tomate) FEIJÃO SALADA DE ACELGA MEXERICÁ	ARROZ CARNE MOÍDA COM COUVE- FLORE E ABOBRINHA BANANA					
LANCHE	MINGAU DE MORANGO	VITAMINA DE ABACATE BISCOITO CREAM CRACKER	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, laranja e mexericá)	BOLO DE BETERRABA DE ABACAXI	TORTA DE BANANA DE MARACUJÁ					
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, MANDIOCA, BERINJELA E TOMATE	CREME MIX DE LEGUMES (batata, couve-flor, chuchu, cenoura e frango)	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, ABÓBORA PAULISTA, BETERRABA E COUVE	CREME DE INHAME (purê de inhame, carne moída, chuchu, brócolis e abobrinha)	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, CARÁ, 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)
					1.247,07	86,88	362,86	97,63	10,56	2,47
942,28	141,85	13,69	33,67	27,95						

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 20/05/2019	Terça-Feira 21/05/2019	Quarta-Feira 22/05/2019	Quinta-Feira 23/05/2019	Sexta-feira 24/05/2019					
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 COCO					
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO LINGUIÇA COM ABOBRINHA E PIMENTÃO VERMELHO LARANJA	ARROZ VERDE (arroz, brócolis e cheiro verde) FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA- DOCE E CENOURA DE PEPINO MAÇÃ	MACARRÃO AO MOLHO DE FRANGO COM CHUCHU E BETERRABA MEXERICIA FEIJÃO	ARROZ FEIJÃO ESCONDIDINHO DE CARNE (purê de batata, carne moída com cenoura ralada e ervilha) SALADA DE TOMATE BANANA	ARROZ FEIJÃO COM MANDIOQUINHA E TOMATE GELATINA DE FRAMBOESA					
LANCHE	ARROZ DOCE	BOLO COLORIDO MAÇÃ COM LIMÃO SUCO DE	PAVÊ DE MORANGO	SANDUÍCHE NATURAL (pão integral, frango desfiado, cenoura ralada e alface) SUCO DE MELANCIA	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, laranja e mamão)					
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, INHAME, ABÓBORA MORANGA E ACELGA	CALDO DE FEIJÃO (caldo de feijão, carne moída, batata, cenoura, mandioquinha e couve)	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABÓBORA PAULISTA, ABOBRINHA E COUVE	CREME DE MANDIOQUINHA (purê de mandioquinha, frango, batata, tomate e cenoura)	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, INHAME, CENOURA RALADA 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)
935,21	144,00	13,38	34,15	26,28	669,15	89,23	351,96	92,48	10,05	2,65

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 27/05/2019	Terça-Feira 28/05/2019	Quarta-Feira 29/05/2019	Quinta-Feira 30/05/2019	Sexta-feira 31/05/2019											
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO MARIA	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 INTEGRAL											
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO SALSICHA COM CHUCHU E CENOURA MELANCIA	ARROZ FEIJÃO STROGONOFF DE FRANGO (molho branco, frango, tomate e abóbora paulista) SALADA DE REPOLHO GELTINA DE MORANGO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BRÓCOLIS E TOMATE BANANA	ARROZ FEIJÃO CUSCUZ DE FRANGO (farinha de milho, frango, tomate e cenoura) SALADA DE CHUCHU LARANJA	ARROZ POLENTA À BOLONHESA (molho de toamte, carne moída, mandioquinha e chuchu) FEIJÃO MEXERICA											
LANCHE	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	PUDIM DE BAUNILHA	SUCO DE MARACUJÁ BISCOITO MAISENA	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, laranja e melancia)	BOLO PÃO DE LÓ DE CHOCOLATE COM COBERTURA DE DOCE DE LEITE CREMOSO SUCO DE ABACAXI COM COUVE											
JANTAR	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, CARÁ, ABÓBORA PAULISTA E COUVE-FLORES	CANJA DE GALINHA (arroz, frango, batata, cenoura e tomate)	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, BATATA-DOCE, CHUCHU E BRÓCOLIS	CALDO VERDE (purê de batata, frango couve, tomate e cenoura ralada)	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, ABÓBORA MORANGA, ABOBRINHA 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)	
					690.95		87.40		355.61		96.87		10.91		3.01	
951.37	146.13	13.82	32.29	27.50												

Cardápio sujeito à alterações

Priscila Cristina C. Martins
Nutricionista
CRN - 36.857