

CARDÁPIO 3

CRECHE - CRIANÇAS 1 A 3 ANOS

DESJEJUM, COLAÇÃO, ALMOÇO, LANCHE E JANTAR

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 05/05/2025	TERÇA-FEIRA 06/05/2025	QUARTA-FEIRA 07/05/2025	QUINTA-FEIRA 08/05/2025	SEXTA-FEIRA 09/05/2025
DESJEJUM	LEITE QUENTE, BISCOITO CREAM CRACKER	SUCO DE LARANJA BISCOITO CREAM CRACKER	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	MINGAU DE BANANA	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO BOBÓ DE FRANGO (creme de mandioca, frango, tomate e cheiro verde)	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA DOCE E CENOURA SALADA DE REPOLHO LARANJA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIQUINHA E TOMATE BANANA	ARROZ FEIJÃO MEXICANO (feijão, carne moída e cheiro verde)	MACARRÃO AO MOLHO DE FRANGO (molho de tomate e frango) SALADA DE ALFACE LARANJA
LANCHE	TORTA DE LEGUMES (brócolis, cenoura e tomate)	MOUSSE DE CHOCOLATE (inhame, banana e cacau)	PÃO CASEIRO DE BATATA DOCE	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	BOLO DE CACAU COM BANANA
JANTAR	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, BATATA DOCE, CENOURA E TOMATE	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO, CHUCHU, TOMATE E CENOURA	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, INHAME, CHUCHU E CENOURA	SOPA CREME DE MANDIOQUINHA COM CARNE MOIDA, CENOURA E TOMATE	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, INHAME, ABÓBORA PAULISTA E TOMATE

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)					
Energia (Kcal)		Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
927,13		142,7	34,24	25,53	13,38
		MINERAIS			
Vitamina A	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)		Ferro (mg)	
845,85	78,77	363,98		10,55	

Bruna Gimenes

Bruna Gimenes Pisano

CRN - 369.207

CARDÁPIO 3
CRECHE - CRIANÇAS 1 A 3 ANOS
DESJEJUM, COLAÇÃO, ALMOÇO, LANCHE E JANTAR

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 12/05/2025	TERÇA-FEIRA 13/05/2025	QUARTA-FEIRA 14/05/2025	QUINTA-FEIRA 15/05/2025	SEXTA-FEIRA 16/05/2025
DESJEJUM	LEITE QUENTE, BISCOITO CREAM CRACKER	SUCO DE MANGA BISCOITO CREAM CRACKER	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	MINGAU DE BANANA	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA DOCE E TOMATE SALADA DE PEPINO	MACARRÃO À BOLONHESA (molho de tomate e carne moída) LARANJA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CHUCHU E CENOURA BANANA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOQUINHA E ABOBRINHA LARANJA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA E BATATA DOCE SALADA DE ACELGA
LANCHE	OMELETE DE FORNO COM LEGUMES (tomate e abobrinha ralada)	MOUSSE DE MANGA COM MARACUJÁ (inhame, leite em pó, maracujá e manga)	SUCO DE LARANJA COOKIE CASEIRO (banana, aveia e cacau)	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	BOLO DE CACAU COM BANANA
JANTAR	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA DOCE, CENOURA E MANDIOQUINHA	SOPA CRÈME DE MANDIOCA COM CARNE MOIDA, CENOURA E COUVE	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO, CENOURA, ABOBRINHA E TOMATE	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, BATATA DOCE, ABÓBORA MORANGA E CHUCHU	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, CHUCHU, CENOURA E BETERRABA

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)

Energia (Kcal)		Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
904,29		136,55	32,17	27,1	13,3
		MINERAIS			
Vitamina A	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)		Ferro (mg)	
483,81	97,3	357,66		10,35	

Bruna Gimenes
Bruna Gimenes Pisano
CRN - 369.207

CARDÁPIO 3
CRECHE - CRIANÇAS DE 1 A 3 ANOS
DESJEJUM, COLAÇÃO, ALMOÇO, LANCHE E JANTAR

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 19/05/2025	TERÇA-FEIRA 20/05/2025	QUARTA-FEIRA 21/05/2025	QUINTA-FEIRA 22/05/2025	SEXTA-FEIRA 23/05/2025
DESJEJUM	SUCO DE LARANJA BISCOITO CREAM CRACKER	LEITE QUENTE, BISCOITO CREAM CRACKER	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	MINGAU DE BANANA	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FRANGO AO CREME DE MILHO COM CENOURA SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO JARDINEIRA DE CARNE (molho de tomate, carne moída e cheiro verde)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIOQUINHA E TOMATE LARANJA	ARROZ TUTU DE FEIJÃO (feijão, farinha de milho, pernil íscas e cheiro verde) BANANA	MACARRÃO AO MOLHO DE FRANGO (molho de tomate e frango) SALADA DE ALFACE LARANJA
LANCHE	TORTA DE LEGUMES (chuchu, cenoura e tomate)	MOUSSE DE MANGA COM MARACUJÁ (inhame, manga, maracujá e leite em pó)	PÃO CASEIRO DE BATATA DOCE	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	PÃO CASEIRO DE POLVILHO
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, BATATA DOCE, COUVE-FLOR E CENOURA	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, MANDIOCA, BRÓCOLIS E TOMATE	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO, CENOURA, CHUCHU E TOMATE	SOPA CREME DE ABOBORA MORANGA COM FRANGO BATATA DOCE E CHUCHU	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, CENOURA, TOMATE E ABOBRINHA

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)

Energia (Kcal)		Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
934,7		139,61	33,44	28,23	13,35
		MINERAIS			
Vitamina A	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)		Ferro (mg)	
645,38	96,43	394,36		11,63	

Bruna Gimenes Pisano
CRN - 369.207

CARDÁPIO 3
CRECHE - CRIANÇAS DE 1 A 3 ANOS
DESJEJUM, COLAÇÃO, ALMOÇO, LANCHE E JANTAR

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 26/05/2025	TERÇA-FEIRA 27/05/2025	QUARTA-FEIRA 28/05/2025	QUINTA-FEIRA 29/05/2025	SEXTA-FEIRA 30/05/2025
DESJEJUM	LEITE QUENTE, BISCOITO CREAM CRACKER	SUCO DE MANGA BISCOITO CREAM CRACKER	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	MINGAU DE BANANA	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIOCA E TOMATE LARANJA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM CHUCHU E TOMATE SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA E TOMATE BANANA	ARROZ FEIJOADINHA CARIOCA (feijão carioca e pernil cubos) SALADA DE COUVE	POLENTA AO MOLHO DE FRANGO (molho de tomate e frango) LARANJA
LANCHE	TORTA DE LEGUMES (brócolis, cenoura e tomate)	MOUSSE DE CHOCOLATE (inhame, banana e cacau)	PANQUECA DE BANANA	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	BOLO DE CACAU COM BANANA
JANTAR	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, CENOURA, MADIOQUINHA E BRÓCOLIS	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOIDA, ABOBRINHA, ABOBORA PAULISTA E BETERRABA	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO, CENOURA, ABOBRINHA E TOMATE	SOPA CREME DE CENOURA COM FRANGO, CHUCHU E TOMATE	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, BATATA DOCE, CENOURA E BETERRABA

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)

Energia (Kcal)		Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
961,14		146,05	32,38	28,56	13,75
		MINERAIS			
Vitamina A	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)		Ferro (mg)	
687,95	81,25	358,75		10,41	

Bruna Gimenes
Bruna Gimenes Pisano
CRN - 369.207