

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 31/03/2025	TERÇA-FEIRA 01/04/2025	QUARTA-FEIRA 02/04/2025	QUINTA-FEIRA 03/04/2025	SEXTA-FEIRA 04/04/2025
DESJEJUM	LEITE QUENTE, BISCOITO CREAM CRACKER	SUCO DE LARANJA OVOS MEXIDOS	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	MINGAU DE AVEIA COM BANANA	SALADA DE FRUTAS COM AVEIA (banana, goiaba, manga e laranja)
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA DOCE E PIMENTÃO VERDE GOIABA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA E TOMATE SALADA DE PEPINO	ARROZ VERDE (arroz, brócolis e cheiro verde) FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA E ABÓBORA PAULISTA BANANA	MACARRÃO AO MOLHO ROSÉ (molho branco com molho de tomate e frango) SALADA DE REPOLHO LARANJA	ARROZ FEIJOADINHA (feijão preto e pernil cubos) LARANJA
LANCHE	TORTA DE LEGUMES (chuchu, cenoura e tomate)	MOUSSE DE CHOCOLATE (inhame, banana e cacau)	BOLO DE CACAU COM BANANA	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	PÃO CASEIRO DE POLVILHO
JANTAR	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, CARÁ, CENOURA E COUVE	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, BATATA DOCE, CHUCHU E TOMATE	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOIDA, CARÁ, ABOBRINHA E TOMATE	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, CENOURA, CHUCHU E TOMATE	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, INHAME, CHUCHU E BRÓCOLIS

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)

Energia (Kcal)		Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
782		104	42	22	16
MINERAIS					
Vitamina A	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)		Ferro (mg)	
860	82	430		13	

Bruna Gimenès
Bruna Gimenès 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 07/04/2025	TERÇA-FEIRA 08/04/2025	QUARTA-FEIRA 09/04/2025	QUINTA-FEIRA 10/04/2025	SEXTA-FEIRA 11/04/2025
DESJEJUM	SUCO DE MANGA OVOS MEXIDOS	LEITE QUENTE, BISCOITO CREAM CRACKER	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	MINGAU DE BANANA, AVEIA E CACAU	SALADA DE FRUTAS COM AVEIA (banana, goiaba, manga e laranja)
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COZIDO (frango em cubos, cenoura, brócolis e tomate) LARANJA	ARROZ FEIJÃO MEXICANO (feijão, carne moída, pimentão vermelho e cheiro verde SALADA DE ACELGA	ARROZ COM FRANGO (arroz, frango, tomate, pimentão verde e cheiro verde) FEIJÃO BANANA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CENOURA E MANDIOQUINHA GOIABA	MACARRÃO À BOLONHESA (molho de tomate e carne moída) SALADA DE COUVE LARANJA
LANCHE	TORTA DE LEGUMES (abobrinha, cenoura e tomate)	OMELETE DE FORNO COM LEGUMES (tomate e alho poró)	MOUSSE DE MARACUJÁ COM MANGA (inhame, manga, maracujá e leite em pó)	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	BOLO DE CACAU COM BANANA
JANTAR	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, CARÁ, CENOURA E BRÓCOLIS	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, INHAME, ABOBRINHA E TOMATE	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, CENOURA, TOMATE E CHUCHU	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, BATATA DOCE, CHUCHU E TOMATE	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, MANDIOCA, CENOURA E CHUCHU

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)					
Energia (Kcal)		Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
782		104	42	22	17
		MINERAIS			
Vitamina A	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)		Ferro (mg)	
860	82	430		14	

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 14/04/2025	TERÇA-FEIRA 15/04/2025	QUARTA-FEIRA 16/04/2025	QUINTA-FEIRA 17/04/2025	SEXTA-FEIRA 18/04/2025
DESJEJUM	LEITE QUENTE, BISCOITO CREAM CRACKER	SUCO DE LARANJA OVOS MEXIDOS	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	MINGAU DE BANANA	
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CARÁ E ABOBRINHA SALADA DE PEPINO	POLENTA À BOLONHESA (molho de tomate e carne moída) LARANJA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA E CHUCHU BANANA	ARROZ TUTU DE FEIJÃO (feijão, farinha de milho e pernil) SALADA DE REPOLHO GOIABA	FERIADO
LANCHE	TORTA DE LEGUMES (chuchu, cenoura e tomate)	PÃO CASEIRO DE BATATA DOCE	BOLO DE CACAU COM BANANA	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	
JANTAR	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, MANDIOCA, CHUCHU E TOMATE	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, BATATA DOCE, TOMATE E ESCAROLA	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABÓBORA PAULISTA, BETERRABA E REPOLHO	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, CENOURA, TOMATE E CARÁ	

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)					
Energia (Kcal)		Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
782		104	42	22	16
		MINERAIS			
Vitamina A	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)		Ferro (mg)	
867	89	428		15	

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 21/04/2025	TERÇA-FEIRA 22/04/2025	QUARTA-FEIRA 23/04/2025	QUINTA-FEIRA 24/04/2025	SEXTA-FEIRA 25/04/2025
DESJEJUM		LEITE QUENTE, BISCOITO CREAM CRACKER	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	MINGAU DE BANANA, AVEIA E CACAU	SALADA DE FRUTAS COM AVEIA (banana, goiaba, manga e laranja)
ALMOÇO	FERIADO	ARROZ FEIJÃO FRANGO CREMOSO (frango, creme de abóbora e cenoura) SALADA DE BETERRABA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM ABÓBORA MORANGA E MANDIOQUINHA BANANA	MACARRÃO AO MOLHO DE FRANGO (molho de tomate e frango SALADA MIX DE FOLHAS LARANJA	ARROZ COLORIDO (arroz, abóbora paulista, chuchu, tomate e cheiro verde) FEIJÃO MEXICANO (feijão, carne moída e pimentão vermelho) GOIABA
LANCHE		MOUSSE DE MARACUJÁ COM MANGA (inhame, manga, maracujá e leite em pó)	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 FUBÁ COM FRANGO, MANDIOCA, CENOURA E CHUCHU	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOIDA, CHUCHU, CENOURA E MANDIOQUINHA	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, CARÁ, ABOBRINHA E ABÓBORA MORANGA	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, BATATA DOCE, CENOURA E CHUCHU
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)					
Energia (Kcal)		Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
782		104	42	22	16
		MINERAIS			
Vitamina A	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)		Ferro (mg)	
862	81	431		14	

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 28/04/2025	TERÇA-FEIRA 29/04/2025	QUARTA-FEIRA 30/04/2025	QUINTA-FEIRA 01/05/2025	SEXTA-FEIRA 02/05/2025
DESJEJUM	LEITE QUENTE, BISCOITO CREAM CRACKER	SUCO DE LARANJA OVOS MEXIDOS	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)		SALADA DE FRUTAS COM AVEIA (banana, goiaba, manga e laranja)
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM CARÁ E CENOURA SALADA DE ABOBRINHA LARANJA	ARROZ FEIJÃO STROGONOFF DE FRANGO (molho branco, tomate e frango) GOIABA	MACARRÃO À BOLONHESA (molho de tomate e carne moída) SALADA DE ALFACE LARANJA	FERIADO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOQUINHA, TOMATE E CENOURA LARANJA
LANCHE	TORTA DE LEGUMES (brócolis, cenoura, tomate e alho poró)	MOUSSE DE CHOCOLATE (inhame, banana e cacau)	PANQUECA CASEIRA DE BANANA		BOLO DE CACAU COM BANANA
JANTAR	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, BATATA DOCE, BETERRABA E COUVE	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, ABÓBORA PAULISTA, BETERRABA E TOMATE	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, CARÁ, ABOBRINHA E TOMATE		SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, INHAME, CENOURA E ABOBRINHA

Energia (Kcal)		Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
782		104	42	22	16
		MINERAIS			
Vitamina A	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)		Ferro (mg)	
860	82	430		13	

Bruna Gimenes Pisano
CRN - 369.207