

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 29/11/2021	Terça-Feira 30/11/2021	Quarta-Feira 01/12/2021	Quinta-Feira 02/12/2021	Sexta-feira 03/12/2021					
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 COCO					
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA E CHUCHU MAÇÃ	MACARRÃO PENNE À BOLONHESA (molho de tomate, carne moída, brócolis e abóbora moranga) FEIJÃO GELATINA DE UVA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CARÁ E TOMATE SALADA DE PEPINO MELANCIA	ARROZ TUTU DE FEIJÃO (feijão, pernil, tomate e couve) SALADA DE CENOURA BANANA	ARROZ VERDE (arroz, brócolis e cheiro verde) FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA E ABÓBORA PAULISTA LARANJA					
LANCHE	PUDIM DE CHOCOLATE	CACHORRO QUENTE DE FORNO SUCO DE LARANJA COM COUVE	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, laranja e mamão)	BOLO DE FUBÁ SUCO DE MARACUJÁ	CREME DE ABACATE					
JANTAR	SOPA DE ARROZ CARNE MOÍDA, MANDIOCA, CHUCHU E TOMATE	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, BATATA, ABÓBORA MORANGA E ESCAROLA	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, ABÓBORA PAULISTA, BETERRABA E REPOLHO	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, CARÁ, CENOURA E COUVE	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, INHAME, TOMATE E ACELGA					
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)
958,96	138,94	13,39	33,90	31,22	640,91	97,09	352,60	94,56	10,53	2,86

Cardápio sujeito à 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 06/12/2021	Terça-Feira 07/12/2021	Quarta-Feira 08/12/2021	Quinta-Feira 09/12/2021	Sexta-feira 10/12/2021					
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 ROSQUINHA DE LEITE					
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO SALSICHA COM MANDIOQUINHA E CENOURA MAÇÃ	ARROZ COM FRANGO (arroz, frango desfiado, pimentão verde e tomate) FEIJÃO SALADA DE ABÓBORA GELATINA DE LIMÃO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM MANDIOCA E PIMENTÃO VERMELHO MAMÃO	ARROZ FEIJÃO PEIXE COM BATATA E TOMATE SALADA MIX DE FOLHAS MEXERICA	MACARRÃO AO MOLHO DE FRANGO (molho de tomate, frango, chuchu e abóbora moranga) FEIJÃO BANANA					
LANCHE	VITAMINA DE MAMÃO COM BANANA BISCOITO MAISENA	PAVÊ BICOLOR	TORTA DE MAÇÃ SUCO DE LIMÃO COM COUVE	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, laranja e mamão)	BOLO PÃO DE LÓ COM COBERTURA DE DOCE DE LEITE CREMOSO SUCO DE MARACUJÁ					
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, INHAME, ABÓBORA PAULISTA E ESCAROLA	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, CARÁ, BRÓCOLIS E TOMATE	CREME DE MANDIOQUINHA (purê de mandioquinha, batata, tomate, cenoura e frango)	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, BATATA, CENOURA E COUVE	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, ABÓBORA MORANGA, ABOBRINHA E COUVE-FLORES					
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)
936,78	144,39	13,39	32,52	26,85	681,67	84,43	352,33	87,16	10,20	2,46

Cardápio sujeito à 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 13/12/2021	Terça-Feira 14/12/2021	Quarta-Feira 15/12/2021	Quinta-Feira 16/12/2021	Sexta-feira 17/12/2021					
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER INTEGRAL	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO MAISENA					
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO MEXICANO (feijão, carne moída, cenoura e pimentão amarelo) LARANJA	MACARRÃO AO MOLHO ROSÉ (molho branco com molho de tomate, frango, abóbora moranga e tomate) FEIJÃO SALADA DE REPOLHO MELANCIA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA E ABOBRINHA BANANA	ARROZ FEIJÃO ESCONDIDINHO DE FRANGO (purê de mandioca, frango desfiado com cenoura ralada) SALADA DE ALFACE GELATINA DE MORANGO	ARROZ COLORIDO (arroz, abóbora paulista, chuchu, tomate e cheiro verde) FEIJÃO CARNE MOÍDA COM COUVE- FLOR E ABOBRINHA MEXERICANA					
LANCHE	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	SUCO DE MELANCIA BISCOITO ROSQUINHA DE CHOCOLATE	TORTA DE LEGUMES (cenoura, brócolis e abóbora paulista) SUCO DE LIMÃO	PUDIM DE CHOCOLATE	BOLO NUTRITIVO SUCO DE LARANJA COM MAMÃO					
JANTAR	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, MANDIOCA, CENOURA E BRÓCOLIS	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, CARÁ, BETERRABA E ESCAROLA	CALDO VERDE (purê de batata, couve, tomate, cenoura ralaada e frango)	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, INHAME, CHUCHU E BRÓCOLIS	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, BATATA, ABÓBORA MORANGA 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)
940,28	141,44	13,59	34,02	28,09	751,16	100,05	358,26	94,92	11,05	2,82

Cardápio sujeito à 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 20/12/2021	Terça-Feira 21/12/2021	Quarta-Feira 22/12/2021	Quinta-Feira 23/12/2021	Sexta-feira 24/12/2021					
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO DE COCO	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER					
ALMOÇO	ARROZ ASSADO DE BATATA (purê de batata, ovos mexidos com cenoura ralada e chuchu) FEIJÃO MAÇÃ	ARROZ VERDE (arroz, brócolis e cheiro verde) FEIJÃO FRANGO CREMOSO (frango, molho branco e cenoura ralada) SALADA DE BETERRABA MELANCIA	MACARRÃO PENNE À BOLONHESA (molho de tomate, carne moída e abóbora moranga e mandioquinha) FEIJÃO GELATINA DE ABACAXI	ARROZ CARRETEIRO (arroz, carne íscas, cenoura e tomate) FEIJÃO SALADA DE COUVE MEXERICA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE FRANGO (farinha de milho, frango e cenoura ralada) BANANA					
LANCHE	CANJICA	BOLO SIMPLES COM CALDA DE ABACAXI SUCO DE MELANCIA	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, laranja e mamão)	CACHORRO QUENTE DE FORNO SUCO DE LARANJA COM BETERRABA	MINGAU DE COCO					
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, INHAME, ABOBRINHA E TOMATE	CREME MIX DE LEGUMES (purê de batata, couve-flor, chuchu, cenoura e frango)	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, ABÓBORA MORANGA, MANDIOQUINHA E VAGEM	CREME DE MANDIOCA (purê de mandioca, cará, chuchu, cenoura ralada e carne moída)	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, BATATA, 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)
940,72	141,50	13,93	33,43	28,06	857,43	84,28	361,45	98,11	10,44	2,77

Cardápio sujeito à 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 27/12/2021	Terça-Feira 28/12/2021	Quarta-Feira 29/12/2021	Quinta-Feira 30/12/2021	Sexta-feira 31/12/2021					
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO MAISENA	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 COCO					
ALMOÇO	ARROZ DOBRADINHA (feijão branco, linguiça de frango, cenoura e tomate) LARANJA	MACARRÃO PENNE AO MOLHO ROSÉ (molho branco com molho de tomate, fango, abóbora moranga e pimentão vermelho) FEIJÃO SALADA DE REPOLHO MAÇÃ	ARROZ Á GREGA (arroz, cenoura, vagem e pimentão vermelho) FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BERINJELA E CENOURA MEXERICICA	ARROZ FEIJÃO BOBÓ DE FRANGO (creme de mandioca, frango, e pimentão verde) SALADA MIX DE FOLHAS BANANA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BRÓCOLIS E MANDIOCA GELATINA FRAMBOESA					
LANCHE	ARROZ DOCE	TORTA DE LEGUMES (cenoura, brócolis e tomate) SUCO DE MELANCIA	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, laranja e mamão)	MINGAU BICOLOR	BOLO DE LARANJA SUCO DE ABACAXI COM COUVE					
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, BATATA DOCE, CHUCHU E TOMATE	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, MANDIOCA, CENOURA E COUVE	CREME MIX DE LEGUMES (purê de batata, couve-flor, chuchu, cenoura e frango)	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, CARÁ, BRÓCOLIS E CENOURA	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, INHAME, CHUCHU 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)
914,98	141,52	13,45	32,16	25,87	664,28	88,25	363,46	96,63	10,25	2,42

Cardápio sujeito à alterações