



CARDÁPIO CRECHE/PRÉ 1 A 5 ANOS - FEVEREIRO/2025

		03/02 (Segunda-feira)	04/02 (Terça-feira)	05/02 (Quarta-feira)	06/02 (Quinta-feira)	07/02 (Sexta-feira)
DESJEJUM /LANCHE	Todos				MAÇÃ	PERA
ALMOÇO/ JANTAR	Todos				Macarrão ao sugo Isca de frango Salada de tomate Melão	Arroz/ Feijão Carne moída com cenoura Salada de repolho Laranja

Composição nutricional (Média semanal)	Faixa etária	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	
	1 a 3 anos	Manhã		204,00	42	15	11	190,00	56,00	55,00	4,80
		Tarde		214,00	40	14	11	205,00	78,00	79	4,10
		Integral		0,00	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	4 e 5 anos	Manhã		220,00	43	15	12	Período de Adaptação: Parcial: Manhã: 8h às 10h / Tarde: 13h às 15h Integral: 06/02 8h às 10h / 07/02 13h às 15h			
		Tarde		232,00	48	16	13				
		Integral		0,00	0	0	0				

		10/02 (Segunda-feira)	11/02 (Terça-feira)	12/02 (Quarta-feira)	13/02 (Quinta-feira)	14/02 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	Vitamina de Banana MAÇÃ	Leite com cacau PERA	BANANA	MAÇÃ	Leite
	Inf. 4 e 5					Leite com cacau Pão de forma com requeijão
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de batata e cenoura Laranja	Macarrão alho e óleo Carne moída ao molho / Salada de repolho com beterraba ralada / Melancia	Sopa de legumes com frango (batata, cenoura, chuchu e macarrão de sopa) Melão	Macarrão ao sugo Isca de carne acebolada Salada de alface com tomate Banana	Arroz, Feijão Frango com abóbora Salada de alface Pera
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	MAÇÃ	PERA	Leite com cacau BANANA	Vitamina de Banana MAÇÃ	Leite
	Inf. 4 e 5					Leite com cacau Pão de forma com requeijão
JANTAR (15:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de batata e cenoura	Macarrão alho e óleo Carne moída ao molho / Salada de repolho com beterraba ralada	Sopa de legumes com frango (batata, cenoura, chuchu e macarrão de sopa)	Macarrão ao sugo Isca de carne acebolada Salada de alface com tomate	Arroz, Feijão Atum com batata Melancia
LANCHE DA SAÍDA	Todos					GOIABA

Composição nutricional (Média semanal)	Faixa etária	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	
	1 a 3 anos	Manhã		437	67	22	8	309	68	100	3
		Tarde		427	74	14	10	192	68	98	3
		Integral		890	155	34	17	502	144	201	5
	4 e 5 anos	Manhã		468	73	23	9	Período de Adaptação: <u>Parcial:</u> 10 a 13/02: Manhã: 8h às 10h / Tarde: 13h às 15h <u>Integral:</u> 10 a 11/02 08h30 às 12h00 <u>Integral:</u> 12 a 13/02 12h30 às 16h00 Todos: 14/02 - Horário Normal			
		Tarde		461	78	15	10				
		Integral		951	166	37	18				

		17/02 (Segunda-feira)	18/02 (Terça-feira)	19/02 (Quarta-feira)	20/02 (Quinta-feira)	21/02 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 ao 3	Suco de abacaxi	Leite batido com cacau e uva	Vitamina de banana e maçã Mamão	Leite	Suco de manga Cuscuz de frango
	Inf. 4 e 5	Suco de abacaxi Pão de forma com requeijão	Leite com cacau Pão hot dog com manteiga		Leite com cacau Pão de forma com requeijão	
ALMOÇO (10:00h)	Inf. 1 ao 3	Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa / Salada de tomate Laranja	Macarrão ao sugo Isca de frango acebolada Salada de feijão fradinho com cenoura / Melão	Arroz, Feijão Carne moída com polenta Salada de alface Banana	Arroz, Feijão preto Pernil com cebola e pimentão Farofa com couve e cenoura Laranja	Arroz, Feijão Atum ao molho / Purê de batata Salada de alface com tomate Melancia
	Inf. 4 e 5					
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Torta de c. moída com legumes	Suco de melancia Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e abacate Maçã	Leite com batata doce Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de forma com requeijão		Suco de melancia Pão de forma com manteiga		Leite com cacau Pão hot dog com requeijão
JANTAR (15:00h)	Inf. 1 ao 3	Macarrão alho e óleo Carne moída ao molho com vagem / Salada de acelga Melancia	Arroz, Feijão Carne em cubos com chuchu Salada de pepino Laranja	Risoto de frango (milho, ervilha e cenoura) Salada de repolho Maçã	Sopa de feijão com carne (mandioca, abóbora, chuchu e macarrão de sopa) Banana	Arroz com brócolis Frango com cenoura Salada de escarola Melão
	Inf. 4 e 5					
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	DOCE DE BANANA	AMEIXA	PÊSSEGO	PERA

Composição nutricional (Média semanal)	Faixa etária	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	
	1 a 3 anos	Manhã		520	76	20	16	998	79	179	3
		Tarde		548	87	19	15	782	70	142	3
		Integral		906	144	32	24	1767	136	303	6
	4 e 5 anos	Manhã		616	89	25	18	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR			
		Tarde		634	102	23	17				
		Integral		1049	164	40	27				

		24/02 (Segunda-feira)	25/02 (Terça-feira)	26/02 (Quarta-feira)	27/02 (Quinta-feira)	28/02 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 ao 3	Leite	Suco de abacaxi	Vitamina de banana e maçã Banana	Leite com batata doce	Suco integral de uva
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão hot dog com manteiga	Torta de carne moída com legumes		Leite com cacau Pão de forma com requeijão	Suco integral de uva Pão de forma com patê de frango
ALMOÇO (10:00h)	Inf. 1 ao 3	Arroz, Feijão Ovos mexidos / Salada de repolho com tomate	Arroz, Feijão Pernil com cebola e pimentão	Arroz, Feijão Carne em cubos com batata e cenoura / Salada de acelga	Arroz, Lasanha de carne moída ao sugo e molho branco Salada de alface com tomate * Mesa de frutas	Macarrão alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de alface * Bolo de cacau
	Inf. 4 e 5	Laranja	Farofa com cenoura e abobrinha Melão	Maçã		
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Suco de integral de uva Cuscuz de frango	Leite com cacau e tâmara Pão caseiro com manteiga	Leite Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e mamão Banana	Suco de abacaxi Pão caseiro recheado com frango
	Inf. 4 e 5		Leite com cacau Pão hot dog com manteiga	Leite com cacau Pão de forma com requeijão		Suco de abacaxi Pão de forma com patê de frango
JANTAR (15:00h)	Inf. 1 ao 3	Macarrão alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de acelga com cenoura	Risoto de frango (com milho, cenoura e salsa) Salada de repolho (verde e roxo) / Melancia	Sopa de feijão com carne em cubos (mandioca, cenoura, chuchu e macarrão de sopa) Banana	Arroz, Lasanha de carne moída ao sugo e molho branco Salada de alface com tomate * Mesa de frutas	Arroz e Feijão Carne em cubos com mandioca * Bolo de cacau
	Inf. 4 e 5	Melão				
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	DOCE DE BANANA	CARAMBOLA	PERA	GOIABA

* **Mesa de frutas:** abacaxi, uvas, melancia, manga, melão, mamão e maçã (FESTA TROPICAL).

* **Bolo de cacau CRECHE:** (adoçado com tâmara, uva passa e banana) com cobertura de brigadeiro de banana (banana, leite em pó e cacau) e castanha de caju triturada.

* **Bolo de cacau PRÉ-ESCOLA:** Bolo caseiro com cobertura de leite condensado e cacau e castanha de caju triturada.

Composição nutricional (Média semanal)	Faixa etária	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	1 a 3 anos	Manhã	520	76	20	16	998	79	179	3
		Tarde	548	87	19	15	782	70	142	3
		Integral	906	144	32	24	1767	136	303	6
4 e 5 anos	Manhã	616	89	25	18	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR				
	Tarde	634	102	23	17					
	Integral	1049	164	40	27					

Suzana Ruth Vieira da Silva
 CRN-3 21934
 Nutricionista RT - SAE