



## CARDÁPIO CRECHE/PRÉ 1 A 5 ANOS - ABRIL/2025

### UMES ACRE / PARÁ / SANTA CATARINA

		31/03 (Segunda-feira)	01/04 (Terça-feira)	02/04 (Quarta-feira)	03/04 (Quinta-feira)	04/04 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	Suco de manga Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e mamão Maçã	Suco de abacaxi Cuscuz com frango	Leite Pão caseiro com manteiga
LANCHE (13:00h)	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Leite com café Pão hot dog com margarina	Iogurte de morango Maçã		Leite com cacau Biscoito Cream Cracker
ALMOÇO (10:00h) JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho com abobrinha / Salada de feijão fradinho com cenoura ralada Maçã	Arroz, Feijão Moqueca de peixe (pimentão, cebola, coentro, tomate) Salada de batata Melão	Sopa de feijão com legumes e carne em cubos (mandioca, cenoura, abobrinha e macarrão de sopa) / Banana	Arroz, Feijão preto Pernil a vinagrete Virado de couve Laranja	Arroz, Feijão Carne moída com berinjela Salada de tomate Melancia
LANCHE DA SAÍDA	Todos	<b>MAÇÃ</b>	Doce de banana (sem açúcar)	BANANA	CARAMBOLA	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 / Tarde	240	42	10	10	297	78	109	3
	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	301	44	18	6	<b>PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR</b>			

		07/04 (Segunda-feira)	08/04 (Terça-feira)	09/04 (Quarta-feira)	10/04 (Quinta-feira)	11/04 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	Suco de melancia Pão caseiro com manteiga	Leite batido com batata doce Pão caseiro com requeijão de inhame	FERIADO MUNICIPAL (Aniversário da Cidade)	Suco de abacaxi Torta de carne moída com legumes	Leite Pão caseiro com manteiga
LANCHE (13:00h)	Inf. 4 e 5	Suco de melancia Biscoito rosquinha de coco	Leite com cacau Pão de forma com requeijão de inhame			Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão
ALMOÇO (10:00h) JANTAR (15:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa / Batata e cenoura sauté Laranja	Macarrão ao alho e óleo Carne moída com chuchu Salada de beterraba ralada Maçã		Arroz, Feijão Carne em cubos com mandioca Salada de pepino com cenoura Banana	Arroz, Feijão Isca de frango acebolada Creme de milho Melancia
LANCHE DA SAÍDA	Todos	<b>MAÇÃ</b>	Doce de banana (sem açúcar)		PERA	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 / Tarde	352	49	14	11	248	51	44	5
	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	590	86	25	16	<b>PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR</b>			

		14/04 (Segunda-feira)	15/04 (Terça-feira)	16/04 (Quarta-feira)	17/04 (Quinta-feira)	18/04 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	Suco de manga Pão caseiro com manteiga	Leite Pão caseiro com manteiga	Suco de uva integral Pão francês com carne moída	PONTO FACULTATIVO (Quinta-feira Santa)	FERIADO (Sexta-feira Santa)
LANCHE (13:00h)	Inf. 4 e 5	Suco de manga Pão hot dog com manteiga	Leite com cacau Pão de forma com requeijão			
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de acelga com tomate Laranja	Macarrão ao sugo Frango com abobrinha Salada de escarola Melancia	Sopa de legumes e carne em cubos (mandioca, cenoura, abobrinha e macarrão de sopa) * Bolo de cenoura		
JANTAR (15:00h)		LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ		

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

\* Bolo de cenoura PRÉ-ESCOLA: Bolo de cenoura com cobertura de leite condensado e cacau e castanha de caju triturada ou fruta.

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 / Tarde	330	46	13	10	351	84	211	4
	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	534	83	24	12	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR			

		21/04 (Segunda-feira)	22/04 (Terça-feira)	23/04 (Quarta-feira)	24/04 (Quinta-feira)	25/04 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	FERIADO (Dia de Tiradentes)	Suco de manga Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e abacate Banana	Leite Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Pão caseiro com pasta de grão de bico
LANCHE (13:00h)	Inf. 4 e 5		Suco de manga Biscoito rosquinha de coco		Leite com cacau Pão de hot dog com margarina	Suco de abacaxi Pão de forma com pasta de grão de bico
ALMOÇO (10:00h)	Todos		Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de soja com cenoura Melão	Sopa de feijão com legumes e frango (batata, abóbora, chuchu e macarrão de sopa) Banana	Arroz, Feijão Quibe de forno Salada de alface Maçã	Arroz, Feijão preto Pernil a vinagrete Virado de acelga Laranja
JANTAR (15:00h)			LANCHE DA SAÍDA	Todos	Doce de banana (sem açúcar)	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 / Tarde	330	46	13	13	351	84	211	4
	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	503	80	21	12	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR			

		28/04 (Segunda-feira)	29/04 (Terça-feira)	30/04 (Quarta-feira)	01/05 (Quinta-feira)	02/05 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h) LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Suco de manga Pão caseiro com manteiga	Leite Pão caseiro com manteiga	Suco individual de uva Pão recheado com frango	FERIADO (Dia do Trabalhador)	PONTO FACULTATIVO
	Inf. 4 e 5	Vitamina de banana Biscoito rosquinha de coco	Leite com cacau Pão de forma integral com manteiga	Suco individual de uva Pão de forma com patê de frango		
ALMOÇO (10:00h) JANTAR (15:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de repolho com cenoura Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com batata doce / Salada de acelga com tomate / Melancia	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de alface * Bolo de cacau e Sorvete		
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	PERA		

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

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

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 / Tarde	330	46	13	13	351	84	211	4
	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	503	80	21	12	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR			

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