

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 04/02/2019	Terça-Feira 05/02/2019	Quarta-Feira 06/02/2019	Quinta-Feira 07/02/2019	Sexta-feira 08/02/2019					
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 CREAM CRACKER INTEGRAL					
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE FIGADO (fígado, farinha de milho e cenoura ralada) MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA E PIMENTÃO VERMELHO SALADA DE CENOURA LARANJA	MACARRÃO AO MOLHO ROSÉ (molho de tomate com molho branco, frango, abóbora e tomate) FEIJÃO BANANA	ARROZ VERDE (arroz, brócolis e cheiro verde) FEIJÃO CARNE MOÍDA COM ABÓBORA MORANGA E COUVE FLOR SALADA DE ALFACE MELANCIA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIOQUINHA E TOMATE GELATINA DE PÊSSEGO					
LANCHE	ARROZ DOCE	VITAMINA DE ABACATE BISCOITO MAISENA	PUDIM DE CHOCOLATE	BOLO SIMPLES COM CALDA DE ABACAXI MELANCIA	TORTA DE LEGUMES (cenoura, chuchu e tomate) SUCO DE LIMÃO					
JANTAR	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, ABÓBORA MORANGA, ABOBRINHA E ACELGA	CREME MIX DE LEGUMES (creme de batata, frango, couve- flor, chuchu e cenoura)	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, MANDIOCA, ABÓBORA PAULISTA E TOMATE	CREME DE INHAME (purê de inhame, carne moída, chuchu, brócolis e abobrinha)	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, CARÁ, CENOURA 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)
937,13	140,14	13,96	33,46	28,49	1.250,60	77,34	367,13	91,35	11,31	2,61

Cardápio sujeito à alterações

Priscila Cristina C. Martins
 Nutricionista
 CRN - 36.857

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 11/02/2019	Terça-Feira 12/02/2019	Quarta-Feira 13/02/2019	Quinta-Feira 14/02/2019	Sexta-Feira 15/02/2019					
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COMMARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO DE COCO					
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO ASSADO DE BATATA (purê de batata, ovos mexidos com cenoura ralada) LARANJA	MACARRÃO PENNE À BOLONHESA (molho de tomate, carne moída, cenoura e chuchu) FEIJÃO DE BETERRABA MELANCIA	ARROZ PEIXE AO MOLHO COM ABÓBORA PAULISTA E CHUCHU GELATINA DE ABACAXI	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BRÓCOLIS E TOMATE SALADA DE ACELGA BANANA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM CENOURA E REPOLHO MAÇÃ					
LANCHE	MINGAUBICOLOR	BOLO DE LIMÃO SUCO DE MELANCIA	SALADA DE FRUTAS (banana, laranja, maçã e mamão)	TORTA DE MAÇÃ DE MARACUJÁ	CANJICA					
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, BATATA, ABÓBORA MORANGA E ESCAROLA	CALDO VERDE (purê de batata, frango, couve, tomate e cenoura ralada)	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, INHAME, BRÓCOLIS, ABÓBORA PAULISTA E BRÓCOLIS	CREME DE MANDIOCA (purê de mandioca, carne moída, cará, chuchu e cenoura ralada)	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, MANDIOQUINHA, ABOBRINHA E TOMATE					
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)
891,4	139,76	13,33	31,41	24,11	575,53	78,53	357,07	96,16	9,86	2,20

Cardápio sujeito à alterações

Priscila Cristina C. Martins
Priscila Cristina C. Martins
Nutricionista
CRN - 36.857

Priscila C. Martins
Priscila C. Martins
Nutricionista
CRN - 36.857

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 18/02/2019	Terça-Feira 19/02/2019	Quarta-Feira 20/02/2019	Quinta-Feira 21/02/2019	Sexta-feira 22/02/2019					
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO DE LEITE	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITOS ROSQUINHA DE CHOCOLATE					
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIOQUINHA E PIMENTÃO VERDE LARANJA	ARROZ FEIJÃO MOELA COM ABÓBORA PAULISTA E ABOBRINHA SALADA DE REPOLHO GELATINA DE MORANGO	ARROZ CARRETEIRO (arroz, carne iscas, cenoura e tomate) FEIJÃO BANANA	MACARRÃO AO MOLHO BRANCO (molho branco, frango desfiado, cenoura e ervilha) FEIJÃO SALADA MIX DE FOLHAS MELANCIA	ARROZ FEIJÃO MOÍDA COM VAGEM E TOMATE MAMÃO					
LANCHE	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CACHORRO QUENTE DE FORNO SUCO DE LIMÃO	PAVÊ DE CHOCOLATE	BOLO NUTRITIVO SUCO DE MELANCIA	ARROZ DOCE					
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, INHAME, CENOURA E CHUCHU	CREME DE BATATA-DOCE (purê de batata-doce, carne moída, cará, chuchu e tomate)	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, BATATA, CENOURA E BETERRABA	CREME DE ABÓBORA (purê de abóbora moranga, frango desfiado, abóbora paulista, cenoura e tomate)	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, CARÁ, BRÓCOLIS 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)
854,54	139,62	13,32	35,43	29,14	786,28	80,86	394,86	83,86	11,70	3,14

Cardápio sujeito à alterações

Priscila Cristina C. Martins
Nutricionista
CRN - 36.857

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 25/02/2019	Terça-Feira 26/02/2019	Quarta-Feira 27/02/2019	Quinta-Feira 28/02/2019	Sexta-feira 01/03/2019	
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO DE COCO	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER	
ALMOÇO	ARROZ FEIJOADINHA (feijão preto, linguiça de frango, cenoura e couve) MELANCIA	ARROZ ESCONDIDINHO DE CARNE (purê de batata, carne moída e cenoura ralada) PEPINO LARANJA	ARROZ FRANGO COM BATATA DOCE E TOMATE MACÃ	MACARRÃO PENNE AO SUGO (molho de tomate) FEIJO SALSICHA COM ABÓBORA MORANGA E CHUCHU SALADA DE RÚCULA GELATINA DE LIMÃO	ARROZ FEIJO CARNEMOÍDA COM BETERRABA E ABOBRINHA BANANA	
LANCHE	CANJICA	SUCO DE MARACUJÁ COM LARANJA BISCOITO ROSQUINHA DE CHOCOLATE	MINGAU DE BAUNILHA	SALADA DE FRUTAS (banana, laranja, maçã e mamão)	BOLO PÃO DE LÓ COM COBERTURA DE DOCE DE LEITE CREMOSO SUCO DE LIMÃO	
JANTAR	SOPA DE ARROZ COM COM CARNE MOÍDA, ABÓBORA PAULISTA, BETERRABA E CHUCHU	CREME DE MANDIOQUINHA (purê de mandioquinha, frango, batata, tomate e cenoura)	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, BATATA-DOCE, ABOBRINHA E TOMATE	CALDO DE FEIJO (caldo de feijão, carne moída, batata, cenoura, mandioquinha e couve)	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, ABÓBORA PAULISTA, COUVE- FLOR E ESCAROLA	
Informação nutricional (média semanal)						
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Vitaminas		Minerais	
	Fibras (g)	Gorduras Totais (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)
920.86	139.49	31.90	568.98	84.12	358.52	92.63
		27.31			9.96	2.43

Priscila Cristina C. Martins
Nutricionista
CRN - 36.857

Cardápio sujeito à alterações