

**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 05/08/2019	Terça-Feira 06/08/2019	Quarta-Feira 07/08/2019	Quinta-Feira 08/08/2019	Sexta-Feira 09/08/2019		
	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 BISCOITO CREAM CRACKER INTEGRAL	
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BERINJELA E ABÓBORA PAULISTA MELANCIA	ARROZ FEIJÃO ESCONDIDINHO DE FRANGO (purê de mandioca, frango desfiado com cenoura ralada) SALADA DE REPOLHO GELATINA DE UVA	MACARRÃO PENNE À BOLONHESA (molho de tomate, carne moída, cenoura e chuchu) FEIJÃO LARANJA	ARROZ COM CENOURA FEIJÃO PERNIL COM BRÓCOLIS E PIMENTÃO VERMELHO SALADA DE TOMATE BANANA	ARROZ FRANGO COM TOMATE E MAÇÃ ABOBRINHA		
LANCHE	ARROZ DOCE	PAVÊ DE MORANGO	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, laranja e mamão)	BOLO COLORIDO DE MARACUJÁ COM COUVE	CACHORRO QUENTE DE FORNO SUCO DE MAÇÃ COM LIMÃO		
JANTAR	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, CARÁ, ABÓBORA MORANGA E TOMATE	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, MANDIOCA, CENOURA E REPOLHO	CALDO DE FEIJÃO (caldo de feijão, carne moída, batata, cenoura, mandioquinha e couve)	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, INHAME, ABÓBORA PAULISTA E BROCOLIS	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, BATATA, TOMATE E VAGEM		
<b>Informação nutricional (média semanal)</b>							
Energia (kcal)	Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais		
	CHO (g)	Proteínas (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
947,95	142,34	34,36	561,86	82,85	355,57	10,47	2,72

Priscila Castina G. Martins  
 Nutricionista  
 CRN - 36.857

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 12/08/2019	Terça-Feira 13/08/2019	Quarta-Feira 14/08/2019	Quinta-Feira 15/08/2019	Sexta-feira 16/08/2019					
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 ROSQUINHA DE CHOCOLATE					
ALMOÇO	ARROZ VERDE (arroz, brócolis e cheiro verde) FEIJÃO OMELETE DE FORNO (ovo, cenoura e chuchu) MAÇÃ	MACARRÃO AO MOLHO ROSÉ (molho branco com molho de tomate, frango, abóbora moranga e abobrinha) FEIJÃO SALADA DE AVELGA LARANJA	ARROZ CARNE MOÍDA COM COUVE- FLOR E MANDIOQUINHA GELATINA DE ABACAXI	ARROZ CARRETEIRO (arroz, carne iscas, tomate e cenoura) FEIJÃO SALADA DE COUVE MELANCIA	ARROZ FRANGO COM MANDIOCA E PIMENTÃO VERDE BANANA					
LANCHE	MINGAU DE CHOCOLATE	BOLO SIMPLES COM CALDA DE ABACAXI SUCO DE LARANJA	SUCO DE MARACUJÁ COM LARANJA BISCOITO CREAM CRACKER	CREME DE ABACATE	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, laranja e melancia)					
JANTAR	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, MANDIOQUINHA, CENOURA E COUVE	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, INHAME, ABÓBORA PAULISTA E ESCAROLA	CREME DE MANDIOQUINHA (purê de mandioquinha, batata, tomate, cenoura e frango)	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, CARÁ, CENOURA E BRÓCOLIS	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA, CHUCHU E TOMATE					
<b>Informação nutricional (média semanal)</b>										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitamina			Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
891,41	135,20	13,99	32,56	25,67	757,50	89,09	359,73	90,71	9,70	2,45

Cardápio sujeito à alterações

*Priscila Cristina G. Martins*  
Nutricionista  
CRN - 36.857

**CARDÁPIO 3**

**CRECHE - CRIANÇAS 01 A 03 ANOS**  
**DESJEJUM, ALMOÇO, LANCHE e JANTAR**  
 Referências Nutricionais: Taco 4º edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 19/08/2019	Terça-Feira 20/08/2019	Quarta-Feira 21/08/2019	Quinta-Feira 22/08/2019	Sexta-Feira 23/08/2019	
DESJEJUM	LEITE COM ACHOLATADO BISCOITOMARIA	LEITE COM ACHOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOLATADO PÃO COMMARGARINA	LEITE COM ACHOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOLATADO BISCOITO MAISENA	
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO PEIXE COMBATATA E TOMATE LARANJA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM CARÁ E CHUCHU SALADA DE PEPINO MELÃO	ARROZ FEIJÃO FRANGO AO CREME DE MILHO BANANA	ARROZ FEIJÃO LINGUIÇA COM CENOURA E BRÓCOLIS SALADA DE ALFACE GELATINA DE MORANGO	MACARRÃO PENNE AO MOLHO DE FRANGO (molho de tomate, frango, pimentão verde e abóbora paulista) FEIJO O MELANCIA	
LANCHE	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, laranja e mamão)	CANJICA	BOLO MESCLADO SUCCO DE MAÇÃ COM LIMÃO	PAVÊ DE BAUNILHA	
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, MANDIOCA, ABÓBORA MORANGA E TOMATE	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA, CENOURA E COUVE	CREME DE INHAME (purê de inhame, carne moída, chuchu, brócolis e abobrinha)	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, INHAME, MANDIOQUINHA E CENOURA	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, CARÁ, TOMATE E BRÓCOLIS	
<b>Informação nutricional (média semanal)</b>						
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas	
	142.16	13.34	33.27	26.03	A (RE)	690.85
					Minerais	
					Ca (mg)	374.51
					Mg (mg)	86.58
					Fe (mg)	11.39
					Zn (mg)	2.59

Cardápio sujeito à alterações

Priscila Cristina Martins  
 Nutricionista  
 CRN - 36.857

**CARDÁPIO 3**

**CRECHE - CRIANÇAS 01 A 03 ANOS  
DESTEJUM, ALMOÇO, LANCHE e JANTAR**

**Referências Nutricionais: Taco 4º edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013**

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 26/08/2019	Terça-Feira 27/08/2019	Quarta-Feira 28/08/2019	Quinta-Feira 29/08/2019	Sexta-Feira 30/08/2019					
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 DE LEITE					
ALMOÇO	MACARRÃO AO MOLHO DE SALSICHA (molho de tomate, salsicha, abóbora paulista e beterraba) FEIJÃO LARANJA	ARROZ CARNE MOÍDA COM CHUCHU E ABÓBORA MORANGA SALADA DE BETERRABA MELANCIA	ARROZ FEIJÃO FÍGADO COM CENOURA E TOMATE MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO MEXICANO (feijão, carne moída, mandioca e couve) SALADA MIX DE FOLHAS BANANA	ARROZ FRANGO CREMOSO (molho branco, frango e cenoura ralada) GELATINA DE LIMÃO MAMÃO					
LANCHE	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, laranja e mamão)	PUDIM DE MORANGO	VITAMINA DE BANANA E MAMÃO BISCOITO MAISENA	TORTA DE LEGUMES ( cenoura, chuchu e brócolis) SUCO DE LIMÃO	BOLO PÃO DE LÓ COM COBERTURA DE DOCE DE LEITE CREMOSO ABACAXI					
JANTAR	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, MANDIOQUINHA, CENOURA E COUVE	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, INHAME, ABÓBORA MORANGA E COUVE- FLOR	CALDO VERDE (purê de batata, couve, tomate, cenoura ralada e frango)	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, ABÓBORA PAULISTA, CHUCHU E ESCAROLA	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, MANDIOCA, BERINJELA E CENOURA					
<b>Informação nutricional (média semanal)</b>										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitamina			Minerais		
					A (RE)	C (mg)	A (RE)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)
949,2	143,90	13,98	32,89	28,34	1.278,58	92,94	369,35	90,98	10,82	2,57

Cardápio sujeito à alterações

*Priscila Cristina Martins*  
Nutricionista  
CRN - 36.857