

CARDÁPIO DE 01/04					
CRECHES	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª
Desjejum					Leite Banana com aveia
Colação					Manga
Almoço					Arroz / Feijão Frango com batata Salada de tomate
Lanche da Tarde					Leite Bolo de maçã
Jantar					Macarrão com frango Salada de berinjela Banana
<i>média semanal</i>	Calorias = 1.010 kcal Proteína = 50 g Carboidrato = 163 g Lipídios = 22 g Ferro = 7 mg Cálcio= 451 mg Vitamina A = 719 mcg Vitamina C = 163 mg Fibra = 20 g				

CARDÁPIO SEMANAL DE 04 A 08/04					
CRECHES	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª
Desjejum	Leite Pão de forma com requeijão	Vitamina de manga Biscoito salgado com requeijão	Leite Pão bisnaguinha com requeijão	Suco de maracujá com manga Ovo mexido	Abacate com leite *
Colação	Abacaxi	Maçã	Laranja	Melancia	Manga
Almoço	Arroz / Feijão Frango acebolado Purê de abóbora	Macarrão ao sugo com carne Salada de chuchu	Arroz / Feijão Frango com pimentão Acelga refogada	Arroz / Feijão Carne moída com mandioquinha Salada de couve-flor	Arroz / Feijão Frango com batata-doce Creme de espinafre
Lanche da Tarde	Leite Pão bisnaguinha com requeijão	Suco de laranja Torta de legumes	Leite Pão de forma com requeijão	Mingau de aveia com banana	Leite Bolo de banana
Jantar	Sopa de legumes com frango Manga	Arroz / Feijão Carne com mandioca Abacaxi	Arroz / Feijão Frango com seleta de legumes Salada de pepino Maçã	Sopa de feijão com macarrão e carne Manga	Macarrão com frango Salada de escarola Melão
<i>média semanal</i>	Calorias = 871 kcal Proteína = 50 g Carboidrato = 123 g Lipídios = 25 g Ferro = 8 mg Cálcio= 435 mg Vitamina A = 734 mcg Vitamina C = 101 mg Fibra = 19 g				

CARDÁPIO SEMANAL DE 11 A 15/04					
CRECHES	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª
<i>Desjejum</i>	Leite Pão bisnaguinha com requeijão	Leite Pão de forma com requeijão	Vitamina de abacate Biscoito salgado com requeijão		
<i>Colação</i>	Laranja	Maçã	Melancia		
<i>Almoço</i>	Arroz / Feijão Frango com acelga Salada de tomate	Arroz / Feijão Carne com Abóbora Repolho refogado	Arroz / Feijão Frango com mandioca Salada de rúcula	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
<i>Lanche da Tarde</i>	Leite Pão de forma com requeijão	Suco de melão Torta de legumes	Leite Pão de leite com requeijão		
<i>Jantar</i>	Sopa Canja Melancia	Arroz / Feijão Carne com chuchu Salada de alface Laranja	Arroz / Feijão Frango com abobrinha Salada de beterraba Maçã		
<i>média semanal</i>	Calorias = 880 kcal Proteína = 50 g Carboidrato = 124 g Lipídios = 24 g Ferro = 8 mg Cálcio= 489 mg Vitamina A = 544 mcg Vitamina C = 67 mg Fibra = 18 g				

CARDÁPIO SEMANAL DE 18 A 22/04					
CRECHES	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª
<i>Desjejum</i>	Leite Pão de leite com requeijão	Vitamina de maçã Biscoito salgado com requeijão	Leite Pão bisnaguinha com requeijão		
<i>Colação</i>	Melancia	Goiaba	Laranja		
<i>Almoço</i>	Arroz / Feijão Frango com pimentão Salada de beterraba	Macarrão ao sugo com carne Salada de alface	Arroz / Feijão Frango com abóbora Salada de pepino	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
<i>Lanche da Tarde</i>	Leite Bolo de maçã	Suco de melancia Torta de legumes	Leite Pão de forma com requeijão		
<i>Jantar</i>	Sopa de legumes com frango e macarrão Goiaba	Arroz / Feijão Carne com batata-doce Acelga refogada Laranja	Arroz / Feijão Frango com tomate Salada de rúcula Maçã		
<i>média semanal</i>	Calorias = 902 kcal Proteína = 50 g Carboidrato = 129 g Lipídios = 23 g Ferro = 8 mg Cálcio= 465 mg Vitamina A = 652 mcg Vitamina C = 84 mg Fibra = 19 g				

CARDÁPIO SEMANAL DE 25 A 29/04

CRECHES	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª
<i>Desjejum</i>	Leite Pão de forma com requeijão	Leite Pão bisnaguinha com requeijão	Abacate com leite *	Suco de maracujá com manga Ovo mexido	Vitamina de banana Biscoito salgado com requeijão
<i>Colação</i>	Laranja	Maçã	Melancia	Tangerina	Manga
<i>Almoço</i>	Arroz / Feijão Frango com chuchu Salada de tomate	Arroz / Feijão Carne com acelga Purê de abóbora	Arroz / Feijão Frango com batata Salada de rúcula	Macarrão à bolonhesa Abobrinha refogada	Arroz / Feijão Frango com vagem Purê de mandioquinha
<i>Lanche da Tarde</i>	Leite Biscoito salgado com requeijão	Suco de laranja Torta de legumes	Leite Pão de leite com requeijão	Mingau de aveia com banana	Leite Bolo de maçã
<i>Jantar</i>	Sopa Canja Maçã	Arroz / Feijão Carne com mandioca Salada de alface Melancia	Arroz / Feijão Frango acebolado Salada de beterraba Goiaba	Sopa de legumes com carne Manga	Macarrão com frango Salada de escarola Tangerina
<i>média semanal</i>	Calorias = 894 kcal Proteína = 50 g Carboidrato = 130 g Lipídios = 23 g Ferro = 8 mg Cálcio= 439 mg Vitamina A = 773 mcg Vitamina C = 91 mg Fibra = 19 g				

* Vitamina OU Fruta picada com leite em pó

OBS.: Para crianças com idade inferior a 1 ano seguir as orientações do esquema alimentar do Berçário

O cardápio estará sujeito a alterações que visam manter a qualidade dos gêneros oferecidos, observando também o grau de maturação do hortifrutí.

Cardápio atendendo as recomendações do FNDE (Resolução 20/2020): No mínimo 70% das necessidades nutricionais diárias para creches em período integral

Nutricionistas: Anna Paula Salles Maia Duarte (RT), Arnaldo Ribeiro da Silva (QT), Christiane Loureiro Carpentiere (QT), Fernanda Freitas Pecchiore (QT), Graciela Almeida (QT), Miriam Ferreira Oliveira dos Santos (QT), Rafaela de Assis Neves (QT), Roberta Lopes Rodrigues Maliauka (QT), Vivian Castello Branco Mendes (QT)