

CARDÁPIO PARA CRECHE MUNICIPAL - BERÇÁRIO I e II MARÇO

HORÁRIOS	DATA	IDADE	03/03/2025 segunda-feira	04/03/2025 terça-feira	05/03/2025 quarta-feira	06/03/2025 quinta-feira	07/03/2025 sexta-feira			
7h às 8h 15h às 16h	Desjejum / Lanche da tarde - Parcial e Integral	Berçário I	FERIADO	FERIADO	Leite c/ aveia batido com maçã (Mamadeira)	Leite c/ aveia batido com banana (Mamadeira)	Leite c/ aveia batido com maçã (Mamadeira)			
		Berçário II			Leite c/ aveia batido com maçã	Leite c/ aveia batido com banana	Leite c/ aveia batido com maçã			
9h30 às 11h 13h às 14h30	Almoço Parcial Manhã e Integral	Berçário I e II			FERIADO	FERIADO	Batata, abobrinha, feijão e pernil desfiado c/ repolho	Batata doce, cenoura, feijão e carne moída c/espinafre	Mandioquinha, tomate, feijão e frango desfiado c/ acelga	
	Fruta - Sobremesa						Mamão amassado	Purê de Caqui	Purê de Goiaba	
13h30 às 13h50	2ª Refeição/ Jantar Parcial Tarde e Integral						Fruta - Sobremesa	Arroz, feijão, mandioquinha, cenoura, chuchu, couve e pernil desfiado	Arroz, feijão, chuchu e carne moída c/ couve	Arroz, feijão, cenoura, abobrinha, chuchu, repolho e frango desfiado
	Purê de Goiaba							Purê de Pera	Mamão amassado	
Refeições: Amassar com o garfo e oferecer em consistência de purê. Não liquidificar. Sobremesa: As frutas denominadas como purê devem ser preparadas com um leve pulsar no liquidificador ou processador. Não adicionar açúcar.										

Anotações:



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6-11 MESES 30%

Energia (Kca)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
303	42	11	10	89	50	281	4
44%	56%	15%	29%				

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6-11 MESES 70%

Energia (Kca)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
544	76	20	18	177	100	562	8
80%	56%	15%	29%				

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-23 MESES 30%

Energia (Kca)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
438	64	16	13	106	60	337	5
34%	58%	15%	27%				

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-23 MESES 70%

Energia (Kca)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
968	140	36	29	212	120	674	10
75%	58%	15%	27%				


Karina Carvalho Fernandes
 CRN 3-27501

 Nutricionista Responsável
 Técnica

 karina.fernandes@guararema.
 sp.gov.br
 TEL: 4693-4141

CARDÁPIO PARA CRECHE MUNICIPAL - BERÇÁRIO I e II

MARÇO

HORÁRIOS	DATA	IDADE	10/03/2025 segunda-feira	11/03/2025 terça-feira	12/03/2025 quarta-feira	13/03/2025 quinta-feira	14/03/2025 sexta-feira
7h às 8h 15h às 16h	Desjejum / Lanche da tarde - Parcial e Integral	Berçário I	Leite c/ aveia batido com maçã (Mamadeira)	Leite c/ aveia batido com banana (Mamadeira)	Leite c/ aveia batido com maçã (Mamadeira)	Leite c/ aveia batido com banana (Mamadeira)	Leite c/ aveia batido com maçã (Mamadeira)
		Berçário II	Leite c/ aveia batido com maçã	Leite c/ aveia batido com banana	Leite c/ aveia batido com maçã	Leite c/ aveia batido com banana	Leite c/ aveia batido com maçã
9h30 às 11h 13h às 14h30	Almoço Parcial Manhã e Integral	Berçário I e II	Arroz, feijão, tomate e frango desfiado c/espinafre	Mandioca, beterraba, feijão e carne desfiada c/ acelga	Batata, cenoura, chuchu, feijão e carne moída c/escarola	Batata doce, abóbora, abobrinha, feijão e frango desfiado c/ couve	Mandioquinha, tomate, feijão e carne moída c/ espinafre
	Fruta - Sobremesa		Mamão amassado	Purê de Caqui	Mamão amassado	Purê de Goiaba	Purê de Pera
13h30 às 13h50	2ª Refeição/ Jantar Parcial Tarde e Integral	Berçário I e II	Macarrão c/ cenoura, chuchu, frango desfiado, feijão e repolho	Arroz, feijão, abóbora e carne desfiada c/ couve	Arroz, grão de bico, mandioquinha, cenoura, chuchu, acelga e carne moída	Arroz, feijão, chuchu, frango desfiado c/ acelga	Arroz, feijão, cenoura, abobrinha, chuchu, repolho e carne moída
	Fruta - Sobremesa		Purê de Goiaba	Purê de Pera	Purê de Goiaba	Banana amassada	Mamão amassado
Refeições: Amassar com o garfo e oferecer em consistência de purê. Não liquidificar. Sobremesa: As frutas denominadas como purê devem ser preparadas com um leve pulsar no liquidificador ou processador. Não adicionar açúcar.							

Anotações:



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6-11 MESES 30%							
Energia (Kca)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
217	32	10	13	286	93	44	2
32%	58%	19%	23%				
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6-11 MESES 70%							
Energia (Kca)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
520	76	25	31	688	222	105	5
77%	58%	19%	23%				
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-23 MESES 30%							
Energia (Kca)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
433	63	21	26	573	185	88	4
43%	58%	19%	23%				
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-23 MESES 70%							
Energia (Kca)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
866	126	42	51	1146	370	176	8
86%	58%	19%	23%				

Karina
Karina Carvalho Fernandes
 CRN 3-27501

Nutricionista Responsável
Técnica

karina.fernandes@guararema.
sp.gov.br
TEL: 4693-4141



CARDÁPIO PARA CRECHE MUNICIPAL - BERÇÁRIO I e II MARÇO

HORÁRIOS	DATA	IDADE	17/03/2025 segunda-feira	18/03/2025 terça-feira	19/03/2025 quarta-feira	20/03/2025 quinta-feira	21/03/2025 sexta-feira
7h às 8h 15h às 16h	Desjejum / Lanche da tarde - Parcial e Integral	Berçário I	Leite c/ aveia batido com maçã (Mamadeira)	Leite c/ aveia batido com banana (Mamadeira)	Leite c/ aveia batido com maçã (Mamadeira)	Leite c/ aveia batido com banana (Mamadeira)	Leite c/ aveia batido com maçã (Mamadeira)
		Berçário II	Leite c/ aveia batido com maçã	Leite c/ aveia batido com banana	Leite c/ aveia batido com maçã	Leite c/ aveia batido com banana	Leite c/ aveia batido com maçã
9h30 às 11h 13h às 14h30	Almoço Parcial Manhã e Integral	Berçário I e II	Arroz, feijão, cenoura, abobrinha e ovos mexidos c/ espinafre	Mandioca, beterraba, feijão e carne desfiada c/ escarola	Batata, abobrinha, feijão e carne moída c/ acelga	Batata doce, cenoura, chuchu, feijão e frango desfiado c/escarola	Mandiocinha, tomate, feijão e peixe desfiado c/ espinafre
	Fruta - Sobremesa		Mamão amassado	Purê de Caqui	Mamão amassado	Purê de Goiaba	Purê de Pera
13h30 às 13h50	2ª Refeição/ Jantar Parcial Tarde e Integral		Macarrão c/ cenoura, chuchu, frango desfiado, feijão e	Arroz, feijão, abóbora e carne desfiada c/ couve	Arroz, feijão, mandioquinha, cenoura, chuchu, couve e carne moída	Arroz, feijão, chuchu e frango desfiado c/ couve	Arroz, feijão, cenoura, abobrinha, chuchu, repolho e peixe desfiado
	Fruta - Sobremesa		Purê de Goiaba	Purê de Pera	Purê de Goiaba	Banana amassada	Mamão amassado
<p>Refeições: Amassar com o garfo e oferecer em consistência de purê. Não liquidificar.</p> <p>Sobremesa: As frutas denominadas como purê devem ser preparadas com um leve pulsar no liquidificador ou processador. Não adicionar açúcar.</p>							

Anotações:



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6-11 MESES 30%							
Energia (Kca)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
212	32	10	13	234	86	44	2
31%	61%	18%	21%				
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6-11 MESES 70%							
Energia (Kca)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
508	78	23	32	563	206	106	5
75%	61%	18%	21%				
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-23 MESES 30%							
Energia (Kca)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
424	65	20	27	466	172	89	4
42%	61%	18%	21%				
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-23 MESES 70%							
Energia (Kca)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
847	129	39	53	938	344	177	8
84%	61%	18%	21%				


Karina Carvalho Fernandes
 CRN 3-27501
 Nutricionista Responsável
 Técnica
 karina.fernandes@guararema.
 sp.gov.br
 TEL: 4693-4141

CARDÁPIO PARA CRECHE MUNICIPAL - BERÇÁRIO I e II

MARÇO

	DATA	IDADE	24/03/2025 segunda-feira	25/03/2025 terça-feira	26/03/2025 quarta-feira	27/03/2025 quinta-feira	28/03/2025 sexta-feira
HORÁRIOS	Desjejum / Lanche da tarde - Parcial e Integral	Berçário I	Leite c/ aveia batido com maçã (Mamadeira)	Leite c/ aveia batido com banana (Mamadeira)	Leite c/ aveia batido com maçã (Mamadeira)	Leite c/ aveia batido com banana (Mamadeira)	Leite c/ aveia batido com maçã (Mamadeira)
		Berçário II	Leite c/ aveia batido com maçã	Leite c/ aveia batido com banana	Leite c/ aveia batido com maçã	Leite c/ aveia batido com banana	Leite c/ aveia batido com maçã
9h30 às 11h 13h às 14h30	Almoço Parcial Manhã e Integral	Berçário I e II	Arroz, feijão, cenoura, abobrinha e carne moída c/ acelga	Batata, feijão, tomate, beterraba e carne desfiada c/ espinafre	Mandioca, cenoura, chuchu, feijão e frango desfiado c/escarola	Batata doce, cenoura, berinjela, feijão e carne moída c/ acelga	Mandiocinha, tomate, feijão e frango desfiado c/ espinafre
	Fruta - Sobremesa		Mamão amassado	Purê de Caqui	Mamão amassado	Purê de Goiaba	Purê de Pera
13h30 às 13h50	2ª Refeição/ Jantar Parcial Tarde e Integral		Macarrão c/ cenoura, chuchu, carne moída, feijão e repolho	Arroz, feijão, abóbora e carne desfiada c/ couve	Arroz, grão de bico, mandioquinha, cenoura, chuchu, acelga e frango desfiado	Arroz, feijão, chuchu, carne moída c/ couve	Arroz, feijão, cenoura, abobrinha, chuchu, repolho e frango desfiado
	Fruta - Sobremesa		Purê de Goiaba	Purê de Pera	Purê de Goiaba	Banana amassada	Mamão amassado
Refeições: Amassar com o garfo e oferecer em consistência de purê. Não liquidificar. Sobremesa: As frutas denominadas como purê devem ser preparadas com um leve pulsar no liquidificador ou processador. Não adicionar açúcar.							

Anotações:



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6-11 MESES 30%							
Energia (Kca)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
211	32	10	14	304	87	41	2
31%	61%	19%	20%				
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6-11 MESES 70%							
Energia (Kca)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
506	78	24	34	729	209	99	5
75%	61%	19%	20%				
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-23 MESES 30%							
Energia (Kca)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
422	65	20	29	608	174	83	4
42%	61%	19%	20%				
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-23 MESES 70%							
Energia (Kca)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
844	129	40	57	1215	348	166	8
83%	61%	19%	20%				


Karina Carvalho Fernandes
 CRN 3-27501
 Nutricionista Responsável
 Técnica
 karina.fernandes@guararema.sp.gov.br
 TEL: 4693-4141

CARDÁPIO PARA CRECHE MUNICIPAL - BERÇÁRIO I e II MARÇO

HORÁRIOS	DATA	IDADE	31/03/2025 segunda-feira				
7h às 8h 15h às 16h	Desjejum / Lanche da tarde - Parcial e Integral	Berçário I	Leite c/ aveia batido com maçã (Mamadeira)				
		Berçário II	Leite c/ aveia batido com maçã				
9h30 às 11h 13h às 14h30	Almoço Parcial Manhã e Integral	Berçário I e II	Arroz, feijão, cenoura, abobrinha e ovos mexidos c/ espinafre				
	Fruta - Sobremesa		Mamão amassado				
13h30 às 13h50	2ª Refeição/ Jantar Parcial Tarde e Integral		Macarrão c/ cenoura, chuchu, frango desfiado, feijão e repolho				
	Fruta - Sobremesa		Purê de Goiaba				
Refeições: Amassar com o garfo e oferecer em consistência de purê. Não liquidificar. Sobremesa: As frutas denominadas como purê devem ser preparadas com um leve pulsar no liquidificador ou processador. Não adicionar açúcar.							

Anotações:



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6-11 MESES 30%							
Energia (Kca)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
245	34	9	8	100	50	278	4
36%	56%	15%	29%				
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6-11 MESES 70%							
Energia (Kca)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
517	72	19	17	201	99	556	8
76%	56%	15%	29%				
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-23 MESES 30%							
Energia (Kca)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
487	68	18	16	121	59	334	5
38%	56%	15%	29%				
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-23 MESES 70%							
Energia (Kca)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
987	138	37	32	241	119	668	10
77%	56%	15%	29%				


Karina Carvalho Fernandes
 CRN 3-27501
 Nutricionista Responsável
 Técnica
 karina.fernandes@guararema.sp.gov.br
 TEL: 4693-4141

