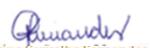


CARDÁPIO PARA CRECHE MUNICIPAL - MATERNAL E JARDIM I e II

DEZEMBRO

HORÁRIOS - DATA	01/12/2025	02/12/2025	03/12/2025	04/12/2025	05/12/2025		
	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira		
Desjejum/ lanche tarde Parcial e Integral 7h às 8h 15h às 16h	Leite c/ cacau 50% Bisnaguinha Maçã	Leite c/ cacau 50% Banana	Leite c/ cacau 50% Biscoito chocolate integral Mamão	Leite c/ cacau 50% Banana	Leite c/ cacau 50% Bisnaguinha integral Mamão		
Almoço Parcial Manhã e Tarde e Integral 10h às 11h 13h às 14h	Arroz + Feijão Frango refogado c/ abobrinha e cenoura Salada de Repolho	Arroz + Feijão Carne em cubos com mandioca Salada de Beterraba	Arroz + Feijão Carne moída c/ legumes Farofa Salada de Alface	Arroz + Feijão Frango desfiado ao molho Salada de Acelga	Arroz + Feijão Polenta à bolonhesa Salada de Pepino		
Sobremesa Almoço/Jantar Jantar Integral 14h30 às 15h30	Maçã	Melancia	Mamão	Abacaxi	Maçã		
	Macarrão, feijão, batata, cenoura, chuchu, repolho e frango desfiado	Arroz, feijão, abóbora e carne desfiada c/ couve	Mandioquinha, feijão, cenoura, chuchu, couve e carne moída	Arroz, feijão, batata, cenoura, abobrinha, chuchu, repolho e frango desfiado	Inhame, feijão, chuchu, carne moída c/ escarola		
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL PARCIAL (MÉDIA SEMANAL) 30%							
Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
411	58	21	19	183	191	960	12
30%	57%	20%	23%				
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL INTEGRAL (MÉDIA SEMANAL) 70%							
Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
955	136	48	38				
71%	57%	20%	23%	366	382	1921	24
Anotações:							


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



CARDÁPIO PARA CRECHE MUNICIPAL - MATERNAL E JARDIM I e II

DEZEMBRO

HORÁRIOS - DATA	08/12/2025	09/12/2025	10/12/2025	11/12/2025	12/12/2025
	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	"Almoço Especial de Natal"
Desjejum/ lanche tarde Parcial e Integral 7h às 8h 15h às 16h	Leite c/ cacau 50% Bisnaguinha Maçã	Leite c/ cacau 50% Banana	Leite c/ cacau 50% Biscoito salgado integral Mamão	Leite c/ cacau 50% Banana	Leite c/ cacau 50% Bisnaguinha integral Mamão
Almoço Parcial Manhã e Tarde e Integral 10h às 11h 13h às 14h	Arroz + Feijão Ovos mexidos Salada de Repolho c/ cenoura	Arroz + Feijão Bife de Panela Salada de Beterraba	Arroz + Feijão Pernil em cubos refogado Farofa Salada de Couve	Arroz + Feijão Carne moída refogada Purê de batata Salada de Tomate	Arroz + Feijão Sobrecoxa assada c/ batata Salada de Macarrão Salada de Alface
Sobremesa Almoço/Jantar	Maçã	Melancia	Mamão	Abacaxi	Mesa de frutas
Jantar Integral 14h30 às 15h30	Macarrão, feijão, batata, cenoura, chuchu, repolho e frango desfiado	Arroz, feijão, abóbora e carne desfiada c/ couve	Mandioquinha, grão de bico, cenoura, chuchu, escarola e pernil desfiado	Arroz, feijão, batata, cenoura, abobrinha, chuchu, repolho e carne moída	Arroz, feijão, chuchu, frango desfiado c/ escarola


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

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL PARCIAL (MÉDIA SEMANAL) 30%							
Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
421	58	22	19				
31%	55%	21%	24%	207	224	994	10



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL INTEGRAL (MÉDIA SEMANAL) 70%							
Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
1000	138	53	38				
74%	55%	21%	24%	413	448	1989	20

Anotações:

CARDÁPIO PARA CRECHE MUNICIPAL - MATERNAL E JARDIM I e II

DEZEMBRO

HORÁRIOS - DATA	15/12/2025	16/12/2025	17/12/2025	18/12/2025	19/12/2025
	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira
Desjejum/ lanche tarde Parcial e Integral 7h às 8h 15h às 16h	Leite c/ cacau 50% Bisnaguinha Maçã	Leite c/ cacau 50% Banana	Leite c/ cacau 50% Biscoito maisena Mamão	Leite c/ cacau 50% Banana	Leite c/ cacau 50% Bisnaguinha integral Mamão
Almoço Parcial Manhã e Tarde e Integral 10h às 11h 13h às 14h	Arroz + Feijão Frango c/ legumes Salada de Repolho	Arroz + Feijão Carne em cubos com mandioca Salada de Beterraba	Arroz + Feijão Macarrão à bolonhesa Salada de Escarola	Arroz + Feijão Falso estroganofe de frango com mandioca Salada de Alface	Arroz + Feijão Kibe assado Salada de Pepino
Sobremesa Almoço/Jantar	Maçã	Melancia	Mamão	Abacaxi	Maçã
Jantar Integral 14h30 às 15h30	Macarrão, feijão, batata, cenoura, chuchu, repolho e frango desfiado	Arroz, feijão, abóbora e carne desfiada c/ couve	Mandioquinha, feijão, cenoura, chuchu, couve e carne moída	Arroz, feijão, batata, cenoura, abobrinha, chuchu, repolho e frango desfiado	Arroz, feijão, chuchu, carne moída c/ escarola

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL PARCIAL (MÉDIA SEMANAL) 30%							
Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
412	58	20	19				
30%	56%	20%	24%	197	227	978	11



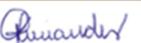
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL INTEGRAL (MÉDIA SEMANAL) 70%							
Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
960	134	48	38				
71%	56%	20%	24%	393	454	1957	21

Anotações:

CARDÁPIO PARA CRECHE MUNICIPAL - MATERNAL E JARDIM I e II

DEZEMBRO

HORÁRIOS - DATA	22/12/2025	23/12/2025	24/12/2025	25/12/2025	26/12/2025
	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira
Desjejum/ lanche tarde Parcial e Integral 7h às 8h 15h às 16h					
Almoço Parcial Manhã e Tarde e Integral 10h às 11h 13h às 14h					
Sobremesa Almoço/Jantar					
Jantar Integral 14h30 às 15h30					
	RECESSO ESCOLAR				


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

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL PARCIAL (MÉDIA SEMANAL) 30%

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL INTEGRAL (MÉDIA SEMANAL) 70%

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)

Anotações:

CARDÁPIO PARA CRECHE MUNICIPAL - MATERNAL E JARDIM I e II

DEZEMBRO

HORÁRIOS - DATA	29/12/2025	30/12/2025	31/12/2025		
	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira		
Desjejum/ lanche tarde Parcial e Integral 7h às 8h 15h às 16h					
Almoço Parcial Manhã e Tarde e Integral 10h às 11h 13h às 14h					
Sobremesa Almoço/Jantar					
Jantar Integral 14h30 às 15h30					

RECESSO ESCOLAR

RECESSO ESCOLAR

RECESSO ESCOLAR

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL PARCIAL (MÉDIA SEMANAL) 30%

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL INTEGRAL (MÉDIA SEMANAL) 70%

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)


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

Anotações: