

CARDÁPIO PARA CRECHE MUNICIPAL - MATERNAL E JARDIM I e II

JUNHO

HORÁRIOS - DATA	02/06/2025	03/06/2025	04/06/2025	05/06/2025	06/06/2025			
	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 9h30 às 11h 13h às 14h	Arroz + Feijão Frango desfiado ao molho Salada de Repolho	Arroz + Feijão Bife de Panela Salada de Beterraba	Arroz + Feijão Carne moída c/ tomates Salada de Alface	Arroz + Feijão Frango c/ legumes Salada de Acelga	Arroz + Feijão Polenta à bolonhesa Salada de Pepino			
Sobremesa Almoço/Jantar	Maçã	Melancia	Banana	Tangerina Ponkan	Mamão			
Jantar Integral 14h30 às 15h30	Sopa de macarrão, feijão, batata, cenoura, chuchu, repolho e frango desfiado	Arroz, feijão, abóbora e carne desfiada c/ couve	Sopa de fubá, mandioquinha, cenoura, chuchu, couve e carne moída	Arroz, feijão, chuchu, frango desfiado c/ couve	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, chuchu, repolho e frango desfiado)			
 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)
	411	58	21	19	183	191	960	12
	30%	57%	20%	23%				
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL INTEGRAL (MEDIA SEMANAL) 70%								
Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	
955	136	48	38	366	382	1921	24	
71%	57%	20%	23%					





Anotações:

CARDÁPIO PARA CRECHE MUNICIPAL - MATERNAL E JARDIM I e II

JUNHO

HORARIOS - DATA	09/06/2025 segunda-feira	10/06/2025 terça-feira	11/06/2025 quarta-feira	12/06/2025 quinta-feira	13/06/2025 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 9h30 às 11h 13h às 14h	Arroz + Feijão Ovos mexidos Salada de Repolho c/ cenoura	Arroz + Feijão Carne em cubos c/ mandioca Salada de Beterraba	Arroz + Feijão Carne moída c/ tomates Purê de batata Salada de Alface	Arroz + Feijão Pernil em cubos refogado Salada de Couve	Arroz + Feijão Frango c/ legumes Salada de Chuchu
Sobremesa Almoço/Jantar	Maçã	Melancia	Banana	Tangerina Ponkan	Mamão
Jantar Integral 14h30 às 15h30	Sopa de macarrão, feijão, batata, cenoura, chuchu, repolho e frango desfiado	Arroz, feijão, abóbora e carne desfiada c/ espinafre	Sopa de grão de bico, mandioquinha, cenoura, chuchu, repolho e carne moída	Arroz, feijão, chuchu, pernil desfiado c/ escarola	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, chuchu, repolho e frango desfiado)


Karina Carvalhos 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)	Lípídeo (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)	Lípídeo (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

JUNHO

HORARIOS - DATA	16/06/2025 segunda-feira	17/06/2025 terça-feira	18/06/2025 quarta-feira	19/06/2025 quinta-feira	20/06/2025 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 salgado integral Mamão	FERIADO	FERIADO
Almoço Parcial Manhã e Tarde e Integral 9h30 às 11h 13h às 14h	Arroz + Feijão Frango c/ cenoura e abobrinha Salada de Repolho	Arroz + Feijão Carne em cubos c/ legumes Salada de Beterraba	Arroz + Feijão Carne louca Salada de Alface		
Sobremesa Almoço/Jantar	Maçã	Tangerina Ponkan	Banana		
Jantar Integral 14h30 às 15h30	Sopa de macarrão, feijão, batata, cenoura, chuchu, repolho e frango desfiado	Arroz, feijão, abóbora e carne desfiada c/ couve	Sopa de fubá, mandioquinha, cenoura, chuchu, couve e carne desfiada		


Karina Carvalhos 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)
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

JUNHO

HORARIOS - DATA	23/06/2025 segunda-feira	24/06/2025 terça-feira	25/06/2025 quarta-feira	26/06/2025 quinta-feira	27/06/2025 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 9h30 às 11h 13h às 14h	Arroz + Feijão Omelete c/ espinafre Salada de Repolho	Arroz + Feijão Falso estrogonofe de frango com mandioca Salada de Beterraba	Arroz + Feijão Bife de Panela Salada de Alface	Arroz + Feijão Kibe assado Salada de Escarola	Arroz + Feijão Sobrecoxa assada Salada de Tomate
Sobremesa Almoço/Jantar	Maçã	Melancia	Banana	Tangerina Ponkan	Mamão
Jantar Integral 14h30 às 15h30	Sopa de macarrão, feijão, batata, cenoura, chuchu, repolho e frango desfiado	Arroz, feijão, abóbora e frango desfiado c/ couve	Sopa de grão de bico, madioquinha, cenoura, chuchu, repolho e carne desfiada	Arroz, feijão, chuchu, carne moída c/ couve	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, chuchu, repolho e frango desfiado)


Karina Carvalhos 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)
418	58	21	19				
31%	55%	20%	25%	204	227	985	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)
931	128	47	39				
70%	55%	20%	25%	408	454	1970	21



Anotações:

CARDÁPIO PARA CRECHE MUNICIPAL - MATERNAL E JARDIM I e II

JUNHO

HORARIOS - DATA	30/06/2025				
	segunda-feira				
Desjejum/ lanche tarde Parcial e Integral 7h às 8h 15h às 16h	Leite c/ cacau 50% Bisnaguinha Maçã				
Almoço Parcial Manhã e Tarde e Integral 9h30 às 11h 13h às 14h	Arroz + Feijão Frango com espinafre Salada de Repolho				
Sobremesa Almoço/Jantar	Maçã				
Jantar Integral 14h30 às 15h30	Sopa de macarrão, feijão, batata, cenoura, chuchu, repolho e frango desfiado				


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)	Lípídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
413	59	20	22				
30%	57%	20%	23%	175	190	965	13

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL INTEGRAL (MÉDIA SEMANAL) 70%							
Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
957	138	47	40				
71%	57%	20%	23%	350	379	1930	25



Anotações: