

# CARDÁPIO PARA CRECHE MUNICIPAL - MATERNAL E JARDIM I e II - PARCIAL

## MARÇO

HORÁRIOS - DATA	03/03/2025	04/03/2025	05/03/2025	06/03/2025	07/03/2025
	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira
Desjejum e Lanche tarde  7h às 8h 15h às 16h	FERIADO	FERIADO	Leite c/ cacau 50% Bisnaguinha Maçã	Leite c/ cacau 50% Banana	Leite c/ cacau 50% Bisnaguinha integral Mamão
Almoço Manhã e Tarde  9h30 às 11h 13h às 14h			Arroz + Feijão  Pernil em cubos refogado  Salada de Repolho	Arroz + Feijão  Macarrão à bolonhesa  Salada de Alface	Arroz + Feijão  Sobrecoxa assada  Salada de Acelga
Sobremesa			Maçã	Caqui	Goiaba

  
**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)
423 Kcal	55	21	22	45	99	637	7
31%	52%	20%	28%				



Anotações:

# CARDÁPIO PARA CRECHE MUNICIPAL - MATERNAL E JARDIM I e II - PARCIAL

## MARÇO

HORÁRIOS - DATA	10/03/2025	11/03/2025	12/03/2025	13/03/2025	14/03/2025
	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira
<b>Desjejum e Lanche tarde</b> 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
<b>Almoço</b> <b>Manhã e Tarde</b>  9h30 às 11h 13h às 14h	Arroz + Feijão  Frango desfiado ao molho  Salada de Repolho	Arroz + Feijão Bife de Panela Farofa  Salada de Beterraba	Arroz + Feijão Carne moída c/ tomates Purê de batata  Salada de Alface	Arroz + Feijão  Frango em cubos refogado  Salada de Couve	Arroz + Feijão  Kibe assado  Salada de Tomate
<b>Sobremesa</b>	Maçã	Caqui	Banana	Goiaba	Mamão

### 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%				

*Guaranda*

Karina Carvalho Fernandes  
CRN 3-27501

Nutricionista Responsável  
Técnica

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



Anotações:

# CARDÁPIO PARA CRECHE MUNICIPAL - MATERNAL E JARDIM I e II - PARCIAL

## MARÇO

HORÁRIOS - DATA	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
<b>Desjejum e Lanche tarde</b> 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
<b>Almoço Manhã e Tarde</b> 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  Polenta à bolonhesa  Salada de Alface	Arroz + Feijão  Frango c/ legumes  Salada de Escarola	Arroz + Feijão  Filé de panga refogado  Salada de Pepino
<b>Sobremesa</b>	Maçã	Caqui	Banana	Goiaba	Mamão

### 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	207	224	994	10
31%	55%	21%	24%				



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

Anotações:

# CARDÁPIO PARA CRECHE MUNICIPAL - MATERNAL E JARDIM I e II - PARCIAL

## MARÇO

HORÁRIOS - DATA	24/03/2025	25/03/2025	26/03/2025	27/03/2025	28/03/2025
	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira
<b>Desjejum e Lanche tarde</b> 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
<b>Almoço Manhã e Tarde</b> 9h30 às 11h 13h às 14h	Arroz + Feijão  Carne moída refogada  Salada de Repolho	Arroz + Feijão Carne em cubos c/ legumes  Salada de Beterraba	Arroz + Feijão Falso stroganofe de frango c/ mandioca  Salada de Alface	Arroz + Feijão  Carne moída c/ tomates  Salada de Berinjela	Arroz + Feijão  Sobrecoxa refogada c/ batata  Salada de Tomate
<b>Sobremesa</b>	Maçã	Caqui	Banana	Goiaba	Mamão

### 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	197	227	978	11
30%	56%	20%	24%				



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

**Anotações:**

# CARDÁPIO PARA CRECHE MUNICIPAL - MATERNAL E JARDIM I e II - PARCIAL

## MARÇO

HORÁRIOS - DATA	31/03/2025				
	segunda-feira				
Desjejum e Lanche tarde  7h às 8h 15h às 16h	Leite c/ cacau 50% Bisnaguinha Maçã				
Almoço Manhã e Tarde  9h30 às 11h 13h às 14h	Arroz + Feijão  Omelete c/ espinafre  Salada de Repolho c/ cenoura				
Sobremesa	Maçã				

### 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	204	227	985	11
31%	55%	20%	25%				



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

Anotações: