

## CARDÁPIO PARA CRECHE MUNICIPAL - BERÇÁRIO I e II

### NOVEMBRO

HORÁRIOS	DATA	IDADE	03/11/2025 segunda-feira	04/11/2025 terça-feira	05/11/2025 quarta-feira	06/11/2025 quinta-feira	07/11/2025 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
10h às 11h 13h às 14h30	Almoço Parcial Manhã e Integral	Berçário I e II	Arroz, cenoura, abobrinha, feijão e frango desfiado c/ repolho	Mandioca, beterraba, feijão e frango desfiado c/ espinafre	Batata doce, feijão e carne moída c/ escarola	Batata, cenoura, abobrinha, feijão e frango desfiado c/ acelga	Mandioquinha, tomate, feijão e carne moída c/ espinafre
	Parcial Tarde		Mamão amassado	Purê de Pera	Mamão amassado	Purê de Pera	Purê de Goiaba
Fruta - Sobremesa							
13h às 14h30	2ª Refeição/ Jantar Parcial Tarde e Integral		Macarrão, feijão, batata, cenoura, chuchu, repolho e frango desfiado	Arroz, feijão, abóbora e frango desfiado c/ couve	Mandioquinha, feijão, cenoura, chuchu, couve e carne moída	Arroz, batata, cenoura, abobrinha, chuchu, repolho e frango desfiado	Arroz, feijão, chuchu, carne moída c/ escarola
	Fruta - Sobremesa		Purê de Goiaba	Banana amassada	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)
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

### NOVEMBRO

HORÁRIOS	DATA	IDADE	10/11/2025 segunda-feira	11/11/2025 terça-feira	12/11/2025 quarta-feira	13/11/2025 quinta-feira	14/11/2025 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
10h às 11h 13h às 14h30	Almoço Parcial Manhã e Integral	Berçário I e II	Arroz, feijão, cenoura, abobrinha, ovos mexidos e espinafre	Mandioca, beterraba, feijão e frango desfiado c/ espinafre	Batata, cenoura, chuchu, feijão e carne moída c/ acelga	Batata doce, cenoura, abobrinha, feijão e pernil desfiado desfiado c/couve	Inhame, tomate, feijão e frango desfiado c/ espinafre
	Parcial Tarde		Mamão amassado	Purê de Pera	Mamão amassado	Purê de Pera	Purê de Goiaba
Fruta - Sobremesa							
13h às 14h30	2ª Refeição/ Jantar Parcial Tarde e Integral		Macarrão, feijão, batata, cenoura, chuchu, repolho e frango desfiado	Arroz, feijão, abóbora e frango desfiado c/ couve	Mandioquinha, grão de bico, cenoura, chuchu, couve e carne moída	Arroz, batata, cenoura, abobrinha, chuchu, repolho e pernil desfiado	Arroz, feijão, chuchu, frango desfiado c/ escarola
	Fruta - Sobremesa		Purê de Goiaba	Banana amassada	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)
232	34	8	7	104	50	280	5
34%	58%	14%	28				
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)
517	75	18	16	209	99	560	9
76%	58%	14%	28				
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)
667	92	25	22	125	59	336	6
42%	55%	15%	30%				
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)
1012	200	38	34	250	119	672	11
79%	55%	15%	30%				

  
**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

### NOVEMBRO

HORÁRIOS	DATA	IDADE	17/11/2025 segunda-feira	18/11/2025 terça-feira	19/11/2025 quarta-feira	20/11/2025 quinta-feira	21/11/2025 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)	FERIADO	FERIADO
		Berçário II	Leite c/ aveia batido com maçã	Leite c/ aveia batido com banana	Leite c/ aveia batido com maçã		
10h às 11h 13h às 14h30	Almoço Parcial Manhã e Integral	Berçário I e II	Arroz, feijão, cenoura, abobrinha, frango desfiado e repolho	Mandioca, beterraba, feijão e carne desfiada c/ escarola	Batata, cenoura, feijão e frango desfiado c/ acelga		
	Parcial Tarde		Mamão amassado	Purê de Pera	Mamão amassado		
Fruta - Sobremesa	Macarrão, feijão, batata, cenoura, chuchu, repolho e frango desfiado		Arroz, feijão, abóbora e frango desfiado c/ couve	Mandioquinha, feijão, cenoura, chuchu, couve e frango desfiado			
13h às 14h30	2ª Refeição/ Jantar Parcial Tarde e Integral		Purê de Goiaba	Banana amassada	Purê de Goiaba		
	Fruta - Sobremesa						
	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)	Lípido (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
278	40	10	8				
36%	58%	15%	27%	121	50	278	4
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL ( MÉDIA SEMANAL) 6-11 MESES 70%							
Energia (Kca)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
504	71	19	16				
74%	56%	15%	29%	241	100	556	8
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL ( MÉDIA SEMANAL) 11-23 MESES 30%							
Energia (Kca)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
512	74	19	15				
40%	58%	15%	27%	144	60	334	5
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL ( MÉDIA SEMANAL) 11-23 MESES 70%							
Energia (Kca)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
999	140	37	32				
78%	56%	15%	29%	289	120	667	10

  
**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

## NOVEMBRO

HORÁRIOS	DATA	IDADE	24/11/2025 segunda-feira	25/11/2025 terça-feira	26/11/2025 quarta-feira	27/11/2025 quinta-feira	28/11/2025 sexta-feira
	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)
7h às 8h 15h às 16h		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
10h às 11h 13h às 14h30	Almoço Parcial Manhã e Integral  Parcial Tarde  Fruta - Sobremesa	Berçário I e II	Arroz, feijão, cenoura, ovos mexidos e espinafre	Mandioca, beterraba, feijão e carne desfiada desfiado c/ repolho	Batata, cenoura, chuchu, feijão e carne moída c/ escarola	Batata doce, abobrinha, feijão e carne desfiada c/acetga	Mandioquinha, tomate, feijão e carne moída c/ espinafre
			Mamão amassado	Purê de Pera	Mamão amassado	Purê de Pera	Purê de Goiaba
13h às 14h30	2ª Refeição/ Jantar Parcial Tarde e Integral  Fruta - Sobremesa		Macarrão, feijão, batata, cenoura, chuchu, repolho e frango desfiado	Arroz, feijão, abóbora e frango desfiado c/ couve	Mandioquinha, grão de bico, cenoura, chuchu, couve e carne moída	Arroz, batata, cenoura, abobrinha, chuchu, repolho e carne desfiada	Arroz, feijão, chuchu, carne moída c/ escarola
			Purê de Goiaba	Banana amassada	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)
238	36	8	7	89	49	273	4
35%	60%	14%	26%				
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)
510	77	18	15	178	97	546	8
75%	60%	14%	26%				
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)
461	68	16	14	107	59	328	5
36%	59%	14%	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)
974	144	34	29	214	116	655	10
76%	59%	14%	27%				

*Karina*

Karina Carvalho Fernandes  
CRN 3-27501

Nutricionista Responsável  
Técnica

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