

CARDÁPIO PARA CRECHE MUNICIPAL - BERÇÁRIO I e II DEZEMBRO

HORÁRIOS	DATA	IDADE	01/12/2025 segunda-feira	02/12/2025 terça-feira	03/12/2025 quarta-feira	04/12/2025 quinta-feira	05/12/2025 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 carne desfiada c/ espinafre	Batata, cenoura, feijão e carne moída c/ escarola	Batata doce, abobrinha, feijão e frango desfiado c/ acelga	Polenta, 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 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
	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

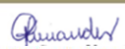
DEZEMBRO

HORÁRIOS	DATA	IDADE	08/12/2025 segunda-feira	09/12/2025 terça-feira	10/12/2025 quarta-feira	11/12/2025 quinta-feira	12/12/2025 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 carne desfiada c/ espinafre	Batata doce, cenoura, chuchu, feijão e pernil desfiado c/ couve	Batata, tomate, abobrinha, feijão e carne moída c/ acelga	Mandioquinha, cenoura, feijão e frango desfiado c/ espinafre
	Parcial Tarde						
Fruta - Sobremesa	Mamão amassado		Purê de Pera	Mamão amassado	Purê de Pera	Purê de Goiaba	
13h às 14h30	2ª Refeição/ Jantar Parcial Tarde e Integral		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
	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)	Lipídeo (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)	Lipídeo (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)	Lipídeo (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)	Lipídeo (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

DEZEMBRO

HORÁRIOS	DATA	IDADE	15/12/2025 segunda-feira	16/12/2025 terça-feira	17/12/2025 quarta-feira	18/12/2025 quinta-feira	19/12/2025 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, frango desfiado e repolho	Mandioca, beterraba, feijão e carne desfiada c/ escarola	Batata, cenoura, feijão e carne moída c/ escarola	Batata doce, cenoura, abobrinha, feijão e frango desfiado desfiado c/ acelga	Inhame, tomate, feijão e carne moída c/ espinafre
	Parcial Tarde		Mamão amassado	Purê de Pera	Mamão amassado	Purê de Pera	Purê de Goiaba
13h às 14h30	Fruta - Sobremesa		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
	2ª Refeição/ Jantar Parcial Tarde e Integral		Purê de Goiaba	Banana amassada	Purê de Goiaba	Banana amassada	Mamão amassado
	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
DEZEMBRO

HORÁRIOS	DATA	IDADE	22/12/2025 segunda-feira	23/12/2025 terça-feira	24/12/2025 quarta-feira	25/12/2025 quinta-feira	26/12/2025 sexta-feira
	Desjejum / Lanche da tarde - Parcial e Integral	Berçário I	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Berçário II							
10h às 11h 13h às 14h30	Almoço Parcial Manhã e Integral	Berçário I e II					
	Parcial Tarde						
13h às 14h30	Fruta - Sobremesa						
	2ª Refeição/ Jantar Parcial Tarde e Integral						
	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 (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6-11 MESES 70%							
Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-23 MESES 30%							
Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-23 MESES 70%							
Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)

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
DEZEMBRO

HORÁRIOS	DATA	IDADE	29/12/2025 segunda-feira	30/12/2025 terça-feira	31/12/2025 quarta-feira		
	Desjejum / Lanche da tarde - Parcial e Integral	Berçário I	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR		
7h às 8h 15h às 16h	Berçário II						
10h às 11h 13h às 14h30	Almoço Parcial Manhã e Integral	Berçário I e II					
	Parcial Tarde						
	Fruta - Sobremesa						
13h às 14h30	2ª Refeição/ Jantar Parcial Tarde e Integral						
	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 (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6-11 MESES 70%							
Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-23 MESES 30%							
Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11-23 MESES 70%							
Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)

Karina

Karina Carvalho Fernandes
CRN 3-27501

Nutricionista Responsável
Técnica

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