

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

HORÁRIOS - DATA			01/04/2026 quarta-feira	02/04/2026 "Almoço de Páscoa"	03/04/2026 sexta-feira
Desjejum/ lanche tarde Parcial e Integral  7h às 8h 15h às 16h			Leite c/ cacau 50% Biscoito maisena Mamão	Leite c/ cacau 50% Banana	FERIADO
Almoço Parcial Manhã e Tarde e Integral 10h às 11h 13h às 14h			Arroz + Feijão Pernil em cubos refogado Salada de Alface	Arroz + Feijão Lagarto assado ao molho Farofa Salada de Acelga	FERIADO
Sobremesa Almoço/Jantar			Goiaba	Pavê de Chocolate	
Jantar Integral 14h30 às 15h30			Arroz, feijão, mandioquinha, cenoura, chuchu, couve e pernil desfiado	Arroz, feijão, chuchu e lagarto desfiado c/ espinafre	FERIADO

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL PARCIAL ( MÉDIA SEMANAL) 30%

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
423 Kcal	55	21	22	45	99	637	7
31%	52%	20%	28%				

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL INTEGRAL ( MÉDIA SEMANAL) 70%

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
945 Kcal	123	47	45	900	199	1274	14
70%	52%	20%	28%				



*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 - INTEGRAL ABRIL

HORARIOS - DATA	06/04/2026 segunda-feira	07/04/2026 terça-feira	08/04/2026 quarta-feira	09/04/2026 quinta-feira	10/04/2026 sexta-feira
<b>Desjejum/ lanche tarde</b> 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
<b>Almoço</b> Parcial Manhã e Tarde e Integral 10h às 11h 13h às 14h	Arroz + Feijão Frango desfiado ao molho Salada de Repolho	Arroz + Feijão Carne em cubos c/ legumes Salada de Beterraba	Arroz + Feijão Escondidinho de batata c/ carne moída Salada de Alface	Arroz + Feijão Frango em cubos refogado Salada de Couve	Arroz + Feijão Bife de panela Salada de Tomate
<b>Sobremesa Almoço/Jantar</b>	Mamão	Caqui	Banana	Tangerina Ponkan	Maçã
<b>Jantar Integral</b> 14h30 às 15h30	Macarrão c/ cenoura, chuchu, frango desfiado, feijão e repolho	Arroz, feijão, abóbora e carne desfiada c/ couve	Arroz, grão de bico, mandioquinha, cenoura, chuchu, acelga e carne moída	Arroz, feijão, chuchu, frango desfiado c/ acelga	Arroz, feijão, cenoura, abobrinha, chuchu, repolho e carne desfiada

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL PARCIAL ( MÉDIA SEMANAL) 30%

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
411	58	21	19				
30%	57%	20%	23%	183	191	960	12

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL INTEGRAL ( MÉDIA SEMANAL) 70%

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
955	136	48	38				
71%	57%	20%	23%	366	382	1921	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 - INTEGRAL ABRIL

HORARIOS - DATA	13/04/2026 segunda-feira	14/04/2026 terça-feira	15/04/2026 quarta-feira	16/04/2026 quinta-feira	17/04/2026 sexta-feira
<b>Desjejum/ lanche tarde</b> 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 integral chocolate Mamão	Leite c/ cacau 50% Banana	Leite c/ cacau 50% Bisnaguinha integral Mamão
<b>Almoço</b> Parcial Manhã e Tarde e Integral 10h às 11h 13h às 14h	Arroz + Feijão Ovos mexidos  Salada de Repolho c/ cenoura   Mamão	Arroz + Feijão Carne em cubos c/ mandioca Salada de Beterraba  Caqui	Arroz + Feijão  Polenta à bolonhesa Salada de Escarola  Maçã	Arroz + Feijão  Pernil em cubos refogado Salada de Alface  Goiaba	Arroz + Feijão Sobrecoxa assada Salada de Berinjela  Banana
<b>Sobremesa Almoço/Jantar</b>					
<b>Jantar</b> Integral 14h30 às 15h30	Macarrão c/ cenoura, chuchu, frango desfiado, feijão e repolho	Arroz, feijão, abóbora e carne desfiada c/ couve	Arroz, feijão, mandioquinha, cenoura, chuchu, couve e carne moída	Arroz, feijão, chuchu e pernil desfiado c/ couve	Arroz, feijão, abóbora e frango desfiado c/ couve

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL PARCIAL ( MÉDIA SEMANAL) 30%

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
421	58	22	19	207	224	994	10
31%	55%	21%	24%				

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL INTEGRAL ( MÉDIA SEMANAL) 70%

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
1000	138	53	38	413	448	1989	20
74%	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 - INTEGRAL ABRIL

HORARIOS - DATA	20/04/2026 segunda-feira	21/04/2026 terça-feira	22/04/2026 quarta-feira	23/04/2026 quinta-feira	24/04/2026 sexta-feira
Desjejum/ lanche tarde Parcial e Integral 7h às 8h 15h às 16h	FERIADO	FERIADO	Leite c/ cacau 50% Biscoito maisena Maçã	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	FERIADO	FERIADO	Arroz + Feijão Falso estrogonofe de frango e mandioca <b>Salada de Alface crespa</b>	Arroz + Feijão Carne moída refogada c/ quiabo Salada de Tomate	Arroz + Feijão  Falsa Feijoada de legumes com Pernil
Sobremesa Almoço/Jantar			Caqui	Maçã	Tangerina Ponkan
Jantar Integral 14h30 às 15h30	FERIADO	FERIADO	Arroz, grão de bico, mandioquinha, cenoura, chuchu, acelga e frango desfiado	Arroz, feijão, chuchu, carne moída c/ couve	Arroz, feijão preto, cenoura, abobrinha, chuchu, repolho e pernil desfiado

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL PARCIAL ( MÉDIA SEMANAL) 30%

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (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)	Lípido (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
960	134	48	38				
71%	56%	20%	24%	393	454	1957	21



*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 - INTEGRAL ABRIL

HORARIOS - DATA	27/04/2026 segunda-feira	28/04/2026 terça-feira	29/04/2026 quarta-feira	30/04/2026 quinta-feira	
<b>Desjejum/ lanche tarde</b> 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	
<b>Almoço</b> Parcial Manhã e Tarde e Integral 10h às 11h 13h às 14h	Arroz + Feijão Omelete c/ espinafre  Salada de Repolho c/ cenoura	Arroz + Feijão Carne em cubos c/ legumes Salada de Beterraba	Arroz + Feijão Sobrecoxa refogada c/ batata Salada de Alface	Arroz + Feijão Kibe assado Salada de Acelga	
<b>Sobremesa Almoço/Jantar</b>	Mamão	Goiaba	Maçã	Caqui	
<b>Jantar</b> Integral 14h30 às 15h30	Macarrão c/ cenoura, chuchu, frango desfiado, feijão e repolho	Arroz, feijão, abóbora e carne desfiada c/ couve	Arroz, feijão, mandioquinha, cenoura, chuchu, couve e frango desfiado	Arroz, feijão, chuchu, carne moída c/ espinafre	

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL PARCIAL ( MÉDIA SEMANAL) 30%

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
418	58	21	19	204	227	985	11
31%	55%	20%	25%				

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL INTEGRAL ( MÉDIA SEMANAL) 70%

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
931	128	47	39	408	454	1970	21
70%	55%	20%	25%				



*Karina*

Karina Carvalho Fernandes  
CRN 3-27501

Nutricionista Responsável  
Técnica

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

**Anotações:**