

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

HORÁRIOS - DATA					01/11/2024
					sexta-feira
Desjejum e Lanche tarde 7h às 8h 15h às 16h					Leite c/ cacau 32% Bisnaguinha Mamão
Almoço Manhã e Tarde 9h30 às 11h 13h às 14h					Arroz + feijão Cação refogado c/ tomate Salada de Pepino
Sobremesa					

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL PARCIAL (MÉDIA SEMANAL) 30%

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
465	62	25	16				
34%	53%	19%	28%	214	206	1078	12




 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 NOVEMBRO

HORÁRIOS - DATA	04/11/2024 segunda-feira	05/11/2024 terça-feira	06/11/2024 quarta-feira	07/11/2024 quinta-feira	08/11/2024 sexta-feira
Desjejum e Lanche tarde 7h às 8h 15h às 16h	Leite c/ cacau 32% Bisnaguinha Maçã	Leite c/ cacau 32% Banana	Leite c/ cacau 32% Bisnaguinha integral Mamão	Leite c/ cacau 32% Banana	Leite c/ cacau 32% Bisnaguinha Mamão
Almoço Manhã e Tarde 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 Frango desfiado ao molho Salada de Escarola	Arroz + Feijão Macarrão à bolonhesa Salada de Alface	Arroz + Feijão Sobrecoxa assada Salada de Tomate
Sobremesa		Melancia		Abacaxi	

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL PARCIAL (MÉDIA SEMANAL) 30%

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
470	62	24	20	28	8	307	3
42%	53%	20%	27%				



Guararapes
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 NOVEMBRO

HORÁRIOS - DATA	11/11/2024	12/11/2024	13/11/2024	14/11/2024	15/11/2024
	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira
Desjejum e Lanche tarde 7h às 8h 15h às 16h	Leite c/ cacau 32% Bisnaguinha Maçã	Leite c/ cacau 32% Banana	Leite c/ cacau 32% Bisnaguinha integral Mamão	Leite c/ cacau 32% Banana	FERIADO
Almoço Manhã e Tarde 9h30 às 11h 13h às 14h	Arroz + Feijão Frango refogado c/ cenoura e abobrinha Salada de Repolho	Arroz + Feijão Bife de Panela Salada de Beterraba	Arroz + Feijão Pernil em cubos refogado Salada de Couve	Arroz + Feijão Carne moída c/ legumes Salada de Alface	
Sobremesa		Melancia		Abacaxi	

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL PARCIAL (MÉDIA SEMANAL) 30%

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
427	59	22	14	166	197	995	11
32%	53%	20%	27%				



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 NOVEMBRO

HORÁRIOS - DATA	18/11/2024 segunda-feira	19/11/2024 terça-feira	20/11/2024 quarta-feira	21/11/2024 quinta-feira	22/11/2024 sexta-feira
Desjejum e Lanche tarde 7h às 8h 15h às 16h	Leite c/ cacau 32% Bisnaguinha Maçã	Leite c/ cacau 32% Banana	FERIADO	Leite c/ cacau 32% Banana	Leite c/ cacau 32% Bisnaguinha Mamão
Almoço Manhã e Tarde 9h30 às 11h 13h às 14h	Arroz + Feijão Carne em cubos c/ legumes Salada de Repolho c/ tomate	Arroz + Feijão Polenta à bolonhesa Salada de Beterraba		Arroz + Feijão Sobrecoxa refogada Salada de Alface	Arroz + feijão Carne moída c/tomates Purê de batata Salada de Pepino
Sobremesa		Melancia		Abacaxi	

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL PARCIAL (MÉDIA SEMANAL) 30%

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
413	51	21	16	21	12	283	2
31%	49%	20%	35%				



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 NOVEMBRO

HORÁRIOS - DATA	25/11/2024 segunda-feira	26/11/2024 terça-feira	27/11/2024 quarta-feira	28/11/2024 Almoço de "Ação de Graças"	29/11/2024 sexta-feira
Desjejum e Lanche tarde 7h às 8h 15h às 16h	Leite c/ cacau 32% Bisnaguinha Maçã	Leite c/ cacau 32% Banana	Leite c/ cacau 32% Bisnaguinha integral Mamão	Leite c/ cacau 32% Banana	Leite c/ cacau 32% Bisnaguinha Mamão
Almoço Manhã e Tarde 9h30 às 11h 13h às 14h	Arroz + Feijão Omelete com espinafre Salada de Repolho	Arroz + Feijão Bife de Panela Salada de Beterraba	Arroz + Feijão Salmo strogonofe de frang Salada de Escarola	Arroz + Feijão Lagarto assado ao molho Farofa Salada de Alface	Arroz + Feijão Kibe assado Salada de Tomate
Sobremesa		Melancia		Abacaxi	

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL PARCIAL (MÉDIA SEMANAL) 30%

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
427	59	23	14	243	211	987	11
32%	55%	21%	24%				



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

Anotações: