

CARDÁPIO 3

CRECHE - CRIANÇAS 1 A 3 ANOS
DESJEJUM, COLAÇÃO, ALMOÇO, LANCHE E JANTAR

Referências Nutricionais: Taco 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 30/03/2026	TERÇA-FEIRA 31/03/2026	QUARTA-FEIRA 01/04/2026	QUINTA-FEIRA 02/04/2026	SEXTA-FEIRA 03/04/2026
DESJEJUM	LEITE QUENTE BISCOITO CREAM CRACKER	SUCO DE LARANJA BISCOITO CREAM CRACKER	SALADA DE FRUTAS (banana, melancia, manga e laranja)		
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM CENOURA E CHEIRO VERDE SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJÃO MEXICANO (feijão, carne moída, cenoura e cheiro verde) LARANJA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA E BATATA SALADA DE REPOLHO BANANA	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
LANCHE	TORTA DE FRANGO COM LEGUMES (frango desfiado, brócolis, cenoura e tomate)	MOUSSE DE CHOCOLATE (inhame, banana e cacau)	BOLO DE CACAU COM BANANA		
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, BATATA DOCE, CHUCHU E TOMATE	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, INHAME, CENOURA E BETERRABA	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO, CENOURA, BATATA E TOMATE		
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)					
Energia (Kcal)		Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
927,13		142,7	34,24	25,53	13,38
MINERAIS					
Vitamina A	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)		Ferro (mg)	
845,85	78,77	363,98		10,55	

Bruna Gimenes
Bruna Gimenes Pisano
CRN - 369.207

CARDÁPIO 3

CRECHE - CRIANÇAS 1 A 3 ANOS
DESJEJUM, COLAÇÃO, ALMOÇO, LANCHE E JANTAR

Referências Nutricionais: Taco 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 06/04/2026	TERÇA-FEIRA 07/04/2026	QUARTA-FEIRA 08/04/2026	QUINTA-FEIRA 09/04/2026	SEXTA-FEIRA 10/04/2026
DESJEJUM	SUCO DE MANGA BISCOITO CREAM CRACKER	LEITE QUENTE BISCOITO CREAM CRACKER	SALADA DE FRUTAS (banana, melancia, manga e laranja)	SMOOTHIE DE MANGA COM BANANA (manga, banana e leite em pó)	SALADA DE FRUTAS (banana, melancia, manga e laranja)
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE, CENOURA E CHEIRO VERDE	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM MANDIOQUINHA E TOMATE SALADA DE BETERRABA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA E TOMATE LARANJA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM CENOURA E BATATA BANANA	MACARRÃO AO MOLHO DE FRANGO (molho de tomate e frango SALADA DE ALFACE LARANJA
LANCHE	TORTA DE FRANGO COM LEGUMES (frango desfiado, abobrinha, cenoura e tomate)	MOUSSE DE CHOCOLATE (inhame, banana e cacau)	BOLO DE CACAU COM BANANA	SALADA DE FRUTAS (banana, melancia, manga e laranja)	BOLO DE AVEIA COM BANANA
JANTAR	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, CENOURA, ABOBRINHA E TOMATE	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, INHAME, ABOBRINHA E TOMATE	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO, CENOURA, TOMATE E CHUCHU	SOPA CREME DE MANDIOCA COM FRANGO, CENOURA E TOMATE	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, MANDIOCA, CENOURA E CHUCHU
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)					
Energia (Kcal)		Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
904		136,55	32,17	27,1	13,3
MINERAIS					
Vitamina A	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)		Ferro (mg)	
483,81	97,3	357,66		10,35	

Bruna Gimeres
Bruna Gimeres Pisano
CRN - 369.207

CARDÁPIO 3

CRECHE - CRIANÇAS DE 1 A 3 ANOS
DESJEJUM, COLAÇÃO, ALMOÇO, LANCHE E JANTAR

Referências Nutricionais: Taco 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 13/04/2026	TERÇA-FEIRA 14/04/2026	QUARTA-FEIRA 15/04/2026	QUINTA-FEIRA 16/04/2026	SEXTA-FEIRA 17/04/2026
DESJEJUM	LEITE QUENTE BISCOITO CREAM CRACKER	SUCO DE MELANCIA BISCOITO CREAM CRACKER	SALADA DE FRUTAS (banana, melancia, manga e laranja)	SMOOTHIE DE MANGA (manga e leite em pó)	SALADA DE FRUTAS (banana, melancia, manga e laranja)
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM CENOURA E CHEIRO VERDE SALADA DE PEPINO	POLENTA À BOLONHESA (molho de tomate e carne moída) MELANCIA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA E BATATA	ARROZ TUTU DE FEIJÃO (feijão, farinha de milho e pernil) SALADA DE REPOLHO BANANA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA E TOMATE LARANJA
LANCHE	TORTA DE FRANGO COM LEGUMES (frango desfiado, abóbora paulista cenoura e tomate)	MOUSSE DE MANGA COM MARACUJÁ (inhame, manga, maracujá e leite em pó)	BOLO DE CACAU COM BANANA	SALADA DE FRUTAS (banana, melancia, manga e laranja)	MOUSSE DE CHOCOLATE (inhame, banana e cacau)
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, MANDIOCA, CHUCHU E TOMATE	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, BATATA DOCE, TOMATE E CENOURA	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO, ABOBRINHA, CENOURA E TOMATE	SOPA CREME DE BATATA COM FRANGO ABOBORA MORANGA E CHUCHU	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABÓBORA PAULISTA, BETERRABA E REPOLHO
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)					
Energia (Kcal)		Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
934,7		139,61	33,44	28,23	13,35
MINERAIS					
Vitamina A	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)		Ferro (mg)	
645,38	96,43	394,36		11,63	

Bruna Gimenes
Bruna Gimenes Pisano
CRN - 369.207

CARDÁPIO 3

CRECHE - CRIANÇAS DE 1 A 3 ANOS
DESJEJUM, COLAÇÃO, ALMOÇO, LANCHE E JANTAR

Referências Nutricionais: Taco 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 20/04/2026	TERÇA-FEIRA 21/04/2026	QUARTA-FEIRA 22/04/2026	QUINTA-FEIRA 23/04/2026	SEXTA-FEIRA 24/04/2026
DESJEJUM			SUCO DE LARANJA BISCOITO CREAM CRACKER	SMOOTHIE DE BANANA (banana e leite em pó)	SALADA DE FRUTAS (banana, melancia, manga e laranja)
ALMOÇO	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM BATATA E CENOURA SALADA DE BETERRABA BANANA	ARROZ FEIJOADINHA CARIOCA (feijão carioca e pernil cubos) LARANJA	MACARRÃO AO MOLHO DE FRANGO (molho de tomate e frango SALADA MIX DE FOLHAS LARANJA
LANCHE			MOUSSE DE MANGA COM MARACUJÁ (inhame, manga, maracujá e leite em pó)	SALADA DE FRUTAS (banana, melancia, manga e laranja)	BOLO DE AVEIA COM BANANA
JANTAR			SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOIDA, MANDIOCA, CENOURA E CHUCHU	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO, ABOBRINHA, CENOURA E TOMATE	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, BATATA, CENOURA E CHUCHU
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)					
Energia (Kcal)		Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
961,14		146,05	32,38	28,56	13,75
MINERAIS					
Vitamina A	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)		Ferro (mg)	
687,95	81,25	358,75		10,41	

Bruna Gimeres
Bruna Gimeres Pisano
CRN - 369.207

CARDÁPIO 3

CRECHE - CRIANÇAS 1 A 3 ANOS
DESJEJUM, COLAÇÃO, ALMOÇO, LANCHE E JANTAR

Referências Nutricionais: Taco 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 27/04/2026	TERÇA-FEIRA 28/04/2026	QUARTA-FEIRA 29/04/2026	QUINTA-FEIRA 30/04/2026	SEXTA-FEIRA 01/05/2026
DESJEJUM	LEITE QUENTE BISCOITO CREAM CRACKER	SUCO DE LARANJA BISCOITO CREAM CRACKER	SALADA DE FRUTAS (banana, melancia, manga e laranja)	SMOOTHIE DE MANGA COM MARACUJÁ (manga, maracujá e leite em pó)	
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE OVOS (ovos, farinha de milho e cenoura ralada) LARANJA	MACARRÃO À BOLONHESA (molho de tomate e carne moída) SALADA DE ACELGA	ARROZ FEIJÃO STROGONOFF DE FRANGO (molho branco, tomate e frango) LARANJA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOQUINHA, TOMATE E CENOURA BANANA	FERIADO
LANCHE	TORTA DE FRANGO COM LEGUMES (frango desfiado, brócolis, cenoura e tomate)	MOUSSE DE CHOCOLATE (inhame, banana e cacau)	BOLO DE CACAU COM BANANA	SALADA DE FRUTAS (banana, melancia, manga e laranja)	
JANTAR	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, ABÓBORA PAULISTA, BETERRABA E TOMATE	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, BATATA, BETERRABA E COUVE	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO, CENOURA, TOMATE E CHUCHU	SOPA CREME DE INHAME COM FRANGO, CENOURA E TOMATE	

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)

Energia (Kcal)		Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
904		136,55	32,17	27,1	13,3
MINERAIS					
Vitamina A	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)		Ferro (mg)	
483,81	97,3	357,66		10,35	

Bruna Gimenes
Bruna Gimenes Pisano
CRN - 369.207