

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 4ªedição 2013

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 03/11/2025	TERÇA-FEIRA 04/11/2025	QUARTA-FEIRA 05/11/2025	QUINTA-FEIRA 06/11/2025	SEXTA-FEIRA 07/11/2025
DESJEJUM	LEITE QUENTE, BISCOITO CREAM CRACKER	SUCO DE LARANJA BISCOITO CREAM CRACKER	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	SMOOTHIE DE BANANA (banana e leite em pó)	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE, CENOURA E CHEIRO VERDE	ARROZ FEIJÃO MEXICANO (feijão, carne moída e cheiro verde) LARANJA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIOQUINHA E TOMATE SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE PERNIL (pernil, farinha de milho, cenoura e cheiro verde) 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)	PÃO CASEIRO DE BATATA DOCE	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	BOLO DE AVEIA COM BANANA
JANTAR	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, BATATA DOCE, CENOURA E TOMATE	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOIDA, INHAME, CHUCHU E CENOURA	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO, CHUCHU, TOMATE E CENOURA	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, INHAME, ABÓBORA PAULISTA E TOMATE	SOPA CREME DE MANDIOQUINHA COM FRANGO, CENOURA 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 4ªedição 2013

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 10/11/2025	TERÇA-FEIRA 11/11/2025	QUARTA-FEIRA 12/11/2025	QUINTA-FEIRA 13/11/2025	SEXTA-FEIRA 14/11/2025
DESJEJUM	SUCO DE LARANJA BISCOITO CREAM CRACKER	LEITE QUENTE, BISCOITO CREAM CRACKER	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	SMOOTHIE DE MANGA COM BANANA (manga, banana e leite em pó)	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM CENOURA RALADA E CHEIRO VERDE SALADA DE ACELGA	MACARRÃO À BOLONHESA (molho de tomate e carne moída) LARANJA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CHUCHU E CENOURA SALADA DE PEPINO BANANA	ARROZ TUTU DE FEIJÃO (feijão, farinha de milho, pernil íscas e cheiro verde) LARANJA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA E BATATA DOCE
LANCHE	TORTA DE FRANGO COM LEGUMES (frango desfiado, chuchu, cenoura e tomate)	MOUSSE DE MANGA COM BANANA (inhame, leite em pó, banana e manga)	OMELETE DE FORNO COM LEGUMES (tomate, cenoura e cheiro verde)	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	BOLO DE CACAU COM BANANA
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, CHUCHU, CENOURA E TOMATE	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOIDA, CENOURA, BATATA DOCE E CHUCHU	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO, CENOURA, ABOBRINHA E TOMATE	SOPA CREME DE ABOBORA COM FRANGO, BATATA DOCE E CHUCHU	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, CHUCHU, CENOURA E BETERRABA

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)

Energia (Kcal)		Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
904,29		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

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 4ªedição 2013

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 17/11/2025	TERÇA-FEIRA 18/11/2025	QUARTA-FEIRA 19/11/2025	QUINTA-FEIRA 20/11/2025	SEXTA-FEIRA 21/11/2025
DESJEJUM	SUCO DE LARANJA BISCOITO CREAM CRACKER	LEITE QUENTE, BISCOITO CREAM CRACKER	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)		SMOOTHIE DE MANGA (manga e leite em pó)
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FAROFÁ DE OVOS (ovos, farinha de milho e cenoura ralada) SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO JARDINEIRA DE CARNE (molho de tomate, carne moída e cheiro verde) LARANJA	MACARRÃO AO MOLHO DE FRANGO (molho de tomate e frango) SALADA DE ALFACE LARANJA	FERIADO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOQUINHA E ABOBRINHA BANANA
LANCHE	TORTA DE FRANGO COM LEGUMES (frango desfiado, abobrinha, cenoura e tomate)	MOUSSE DE MANGA COM BANANA (inhame, leite em pó, banana e manga)	BOLO DE AVEIA COM BANANA		SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, BATATA DOCE, COUVE-FLOR E CENOURA	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, MANDIOCA, BRÓCOLIS E TOMATE	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO, CENOURA, CHUCHU E TOMATE		SOPA DE ARROZ COM FRANGO, CENOURA, TOMATE E ABOBRINHA

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 4ªedição 2013

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 24/11/2025	TERÇA-FEIRA 25/11/2025	QUARTA-FEIRA 26/11/2025	QUINTA-FEIRA 27/11/2025	SEXTA-FEIRA 28/11/2025
DESJEJUM	LEITE QUENTE, BISCOITO CREAM CRACKER	SUCO DE MANGA BISCOITO CREAM CRACKER	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	SMOOTHIE DE MANGA COM BANANA (manga, banana e leite em pó)	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE, CENOURA E CHEIRO VERDE LARANJA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM CHUCHU E TOMATE SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJÃO FRANGO AO CREME DE MILHO COM CENOURA BANANA	ARROZ FEIJOADINHA CARIOCA (feijão carioca e pernil cubos) SALADA DE COUVE	POLENTA AO MOLHO DE FRANGO (molho de tomate e frango) LARANJA
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, goiaba, manga e laranja)	MOUSSE DE MANGA COM BANANA (inhame, leite em pó, banana e manga)
JANTAR	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, CENOURA, MADIOQUINHA E BRÓCOLIS	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOIDA, ABOBRINHA, ABOBORA PAULISTA E BETERRABA	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO, CENOURA, ABOBRINHA E TOMATE	SOPA CREME DE INHAME COM FRANGO, CHUCHU E TOMATE	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, BATATA DOCE, CENOURA E BETERRABA

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 Gimenes
Bruna Gimenes Pisano
CRN - 369.207