

# Creche Escola “Professor Joaquim Alberto de Siqueira”

Modalidade: Creche (7 - 11 meses)

Zona: Urbana

Período: Integral

**Nutricionista**  
Jéssica Marcolin  
Gonçales  
38050

*Jéssica Marcolin Gonçales*  
Nutricionista  
CRN-3 38050

**OBSERVAÇÕES:** O cardápio pode sofrer alterações - Para dúvidas e sugestões contate a nutricionista - Cardápio segue a legislação do PNAE

REFEIÇÕES	SEGUNDA 23/03/2026	TERÇA 24/03/2026	QUARTA 25/03/2026	QUINTA 26/03/2026	SEXTA 27/03/2026
Café da manhã 7h	Pão francês com manteiga - 25 g Leite com cacau - 150 g	Pão francês com manteiga - 25 g Leite com cacau - 150 g	Pão francês com manteiga - 25 g Leite com cacau - 150 g	Pão francês com manteiga - 25 g Leite com cacau - 150 g	Pão francês com manteiga - 25 g Leite com cacau - 150 g
Lanche da manhã I 10h30	Mamadeira - 100 g	Mamadeira - 100 g	Mamadeira - 100 g	Mamadeira - 100 g	Mamadeira - 100 g
Almoço 9h30	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 2 colher de sopa cheia Almôndegas de Carne Bovina com Molho de Tomate - 0,5 unidade média Polenta Mole - 30 g Salada de brócolis - 10 g Fruta - 30 g	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 2 colher de sopa cheia Filé de Peixe assado - 0,3 porção média Purê de batata - 1 colher de sopa rasa Salada de alface - 0,5 colher de sopa rasa Fruta - 30 g	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 2 colher de sopa cheia Vaca atolada com carne e aipim - 0,5 colher de sopa cheia Salada de tomate - 10 g Fruta - 30 g	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 2 colher de sopa cheia Carne Suína acebolada - 30 g Salada de couve - 5 g Fruta - 30 g	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 2 colher de sopa cheia Frango assado com batata - 30 g Acelga - 10 g Fruta - 30 g
Jantar 15h	Sopa de carne moída com macarrão e legumes [batata inglesa, beterraba, jerimum, chuchu, tomate, pimentão, cenoura] - 50 g	Caldo-de-feijão - 50 g	Canja - 50 g	Purê de Mandioquinha - 50 g	Macarrão Colorido com Carne Moída - 50 g

## COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia  
395,84 kcal = 1.656,20 kj

Proteína  
18,43 g (18,0% VET)

Lípidios  
13,89 g (30,6% VET)

Carboidratos  
52,44 g (51,3% VET)

Fibra alimentar  
7,87 g

Cálcio  
338,44 mg

Ferro  
4,09 mg

Retinol (Vitamina A)  
80,11 mcg

Vitamina C  
6,79 mg

Custo  
R\$ 1,62

# Creche Escola “Professor Joaquim Alberto de Siqueira”

Modalidade: Creche (1 – 3 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

**Nutricionista**

Jéssica Marcolin

Gonçales

38050

*Jéssica Marcolin Gonçales*

Nutricionista

CRN-3 38050

**OBSERVAÇÕES:** O cardápio pode sofrer alterações – Para dúvidas e sugestões contate a nutricionista – Cardápio segue a legislação do PNAE

REFEIÇÕES	SEGUNDA 23/03/2026	TERÇA 24/03/2026	QUARTA 25/03/2026	QUINTA 26/03/2026	SEXTA 27/03/2026
Café da manhã 7h	Pão francês com manteiga - 30 g Leite com cacau - 180 g	Pão francês com manteiga - 30 g Leite com cacau - 180 g	Pão francês com manteiga - 30 g Leite com cacau - 180 g	Pão francês com manteiga - 30 g Leite com cacau - 180 g	Pão francês com manteiga - 30 g Leite com cacau - 180 g
Lanche da manhã I 10h30	Mamadeira - 100 g	Mamadeira - 100 g	Mamadeira - 100 g	Mamadeira - 100 g	Mamadeira - 100 g
Almoço 9h30	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Almôndegas de Carne Bovina com Molho de Tomate - 0,5 unidade média Polenta Mole - 30 g Salada de brócolis - 10 g Fruta - 40 g	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Filé de Peixe assado - 0,4 porção média Purê de batata - 1 colher de sopa rasa Salada de alface - 0,5 colher de sopa cheia Fruta - 40 g	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Vaca atolada com carne e aipim - 0,5 colher de sopa cheia Salada de tomate - 20 g Fruta - 40 g	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Carne Suína acebolada - 30 g Salada de couve - 20 g Fruta - 40 g	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Frango assado com batata - 40 g Acelga - 10 g Fruta - 40 g
Jantar 15h	Sopa de carne moída com macarrão e legumes [batata inglesa, beterraba, jerimum, chuchu, tomate, pimentão, cenoura] - 50 g	Caldo-de-feijão - 50 g	Canja - 50 g	Purê de Mandioquinha - 50 g	Macarrão Colorido com Carne Moída - 50 g

## COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia  
451,99 kcal = 1.891,12 kj

Proteína  
20,95 g (17,9% VET)

Lípidios  
15,66 g (30,1% VET)

Carboidratos  
60,74 g (52,0% VET)

Fibra alimentar  
9,07 g

Cálcio  
378,42 mg

Ferro  
4,65 mg

Retinol (Vitamina A)  
88,18 mcg

Vitamina C  
8,97 mg

Custo  
R\$ 1,71