

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 está sujeito a alterações conforme a disponibilidade dos ingredientes e seu grau de maturação."

REFEIÇÕES	SEGUNDA 02/03/2026	TERÇA 03/03/2026	QUARTA 04/03/2026	QUINTA 05/03/2026	SEXTA 06/03/2026
Café da manhã 7h	Mamadeira - 100 g	Mamadeira - 100 g	Mamadeira - 100 g	Mamadeira - 100 g	Mamadeira - 100 g
Almoço 9h30	Macarrão com almondêgas - 150 g Salada de legumes cozida no vapor - 15 g	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 2 colher de sopa cheia Peixe Ensopado - 30 g Salada de legumes cozida no vapor - 15 g	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 2 colher de sopa cheia Carne suína - Cozido(a) - 15 g Purê de abóbora - 60 g Salada de legumes cozida no vapor - 15 g	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 2 colher de sopa cheia Frango ensopado - 25 g Salada de legumes cozida no vapor - 15 g	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 2 colher de sopa cheia Carne bovina acebolada - 30 g Carne bovina - Cozido(a) - 60 g Mandioca - Cozido(a) - 15 g Salada de legumes cozida no vapor - 15 g
Lanche da tarde I 10h30	Fruta - 30 g	Fruta - 30 g	Fruta - 30 g	Fruta - 30 g	Fruta - 30 g
Lanche da tarde II 12h	Mamadeira - 100 g	Mamadeira - 100 g	Mamadeira - 100 g	Mamadeira - 100 g	Mamadeira - 100 g
Jantar 15h	Sopa de carne moída com macarrão e legumes [batata inglesa, beterraba, jerimum, chuchu, tomate, pimentão, cenoura] - 50 g	Polenta Mole - 30 g	Sopa de carne moída com macarrão e legumes [batata inglesa, beterraba, jerimum, chuchu, tomate, pimentão, cenoura] - 50 g	Sopa de feijão - 70 g	Sopa de carne moída com macarrão e legumes [batata inglesa, beterraba, jerimum, chuchu, tomate, pimentão, cenoura] - 50 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia
299,34 kcal = 1.252,44 kj

Proteína
19,01 g (25,2% VET)

Lipídios
10,19 g (30,4% VET)

Carboidratos
33,46 g (44,4% VET)

Fibra alimentar
4,51 g

Cálcio
289,87 mg

Ferro
2,87 mg

Retinol (Vitamina A)
64,59 mcg

Vitamina C
11,19 mg

Custo
R\$ 1,93