

CARDÁPIO CRECHE

FEVEREIRO 2023

SERVIÇOS	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA 02/02/23	6ª FEIRA 03/02/23			
DESJEJUM 07:00 h				Leite integral Banana	Leite integral Pão com manteiga			
ALMOÇO 10:30 h				Arroz, feijão lombo com batata e cenoura Salada: tomate Fruta: banana	Arroz, feijão, macarrão padre nosso ao sugo, carne moída Salada: acelga Fruta: laranja			
LANCHE DA TARDE 13:00h				Bolo de banana Suco de laranja	Salada de frutas (melancia, banana e maçã com suco de laranja)			
JANTAR 15:30h				Sopa de fubá couve e carne moída.	Sopa de batata, abóbora, tomate, espinafre, macarrão argolinha, carne em iscas e cheiro verde			
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA SEMANAL	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
	710	115	27	29	150	15	350	5

* Todos os alimentos deverão estar bem cozidos e picados em pedaços pequenos (as verduras deverão ser picadas e repicadas para todas as turmas)

* Nenhum alimento poderá ter adição de açúcar

Rachel Hahne CRN3- 27680

Nutricionista

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BOITUVA -SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**



CARDÁPIO CRECHE

FEVEREIRO 2023

SERVIÇOS	2ª FEIRA 06/02/23	3ª FEIRA 07/02/23	4ª FEIRA 08/02/23	5ª FEIRA 09/02/23	6ª FEIRA 10/02/23			
DESJEJUM 07:00 h	Leite integral Maça	Leite integral Pão com manteiga	Leite integral Pão com manteiga	Leite integral Banana	Leite integral Pão com manteiga			
ALMOÇO 10:30 h	Arroz, feijão, strogonoff de frango ,batatas coradas Salada: Repolho Fruta: laranja	Arroz, feijão, cubos com abóbora Salada: Tomate Fruta: melancia	Arroz, feijão, lombo desfiado com tomate Salada: abobrinha Fruta: maça	Arroz, feijão, moída com chuchu e cenoura Salada: couve flor e cenoura Fruta: mamão	Arroz, feijão, macarrão ao sugo com frango Salada: acelga Fruta: banana			
LANCHE DA TARDE 13:00h	Bolo de banana com cacau Suco de melancia	Vitamina de frutas (banana, maça e mamão)	Salada de frutas (banana, mamão e melão suco de laranja)	Pão com frango desfiado Suco de laranja	Leite integral Pão com manteiga			
JANTAR 15:30h	Sopa de mandioquinha, cenoura, brócolis, macarrão argolinha, frango e cheiro verde	Sopa de feijão com batata, cenoura, abobrinha, macarrão argolinha e iscas	Sopa de fubá couve e carne moída.	Sopa de batata, abóbora, tomate, espinafre, macarrão argolinha, carne em iscas e cheiro verde	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, vagem, frango e cheiro verde)			
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA SEMANAL	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
	708	116	28	28	147	17	350	6

* Todos os alimentos deverão estar bem cozidos e picados em pedaços pequenos (as verduras deverão ser picadas e repicadas para todas as turmas)

* Nenhum alimento poderá ter adição de açúcar

Rachel Hahne CRN3- 27680

Nutricionista

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BOITUVA -SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**



CARDÁPIO CRECHE

FEVEREIRO 2023

SERVIÇOS	2ª FEIRA 13/02/23	3ª FEIRA 14/02/23	4ª FEIRA 15/02/23	5ª FEIRA 16/02/23	6ª FEIRA 17/02/23			
DESJEJUM 07:00 h	Leite integral Maça	Leite integral Pão com manteiga	Leite integral Pão com manteiga	Leite integral Banana	Leite integral Pão com manteiga			
ALMOÇO 10:30 h	Arroz com frango e cenoura ralada, cheiro verde, feijão, Salada: beterraba Fruta: laranja	Arroz, feijão, cubos com batata e cenoura Salada: acelga e cenoura Fruta: maça	Arroz, feijão, lombo com batata-doce Salada: alface Fruta: abacaxi	Arroz, feijão, frango com mandioquinha Salada: tomate Fruta: Melão	Arroz, feijão, fubá cremoso, carne moída ao molho Salada: pepino Fruta: banana			
LANCHE DA TARDE 13:00h	Bolo de maça e banana Suco de laranja	Vitamina de frutas (mamão e banana)	Pão com carne moída Suco de melancia	Salada de frutas (banana, melancia, mamão e suco de laranja)	Leite integral Pão com manteiga			
JANTAR 15:30h	Sopa de batata, cenoura, brócolis, macarrão argolinha, frango e cheiro verde	Sopa de feijão com batata, cenoura, chuchu, macarrão argolinha e iscas	Sopa de fubá, couve e carne moída.	Sopa de batata, abóbora, tomate, espinafre, macarrão argolinha, carne em iscas e cheiro verde	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, vagem, frango e cheiro verde)			
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA SEMANAL	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
	711	117	29	28	150	19	351	6

- * Todos os alimentos deverão estar bem cozidos e picados em pedaços pequenos (as verduras deverão ser picadas e repicadas para todas as turmas)
- * Nenhum alimento poderá ter adição de açúcar

Rachel Hahne CRN3- 27680
Nutricionista



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BOITUVA -SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



CARDÁPIO CRECHE

FEVEREIRO 2023

SERVIÇOS	2ª FEIRA 20/02/23	3ª FEIRA 21/02/23	4ª FEIRA 22/02/23	5ª FEIRA 23/02/23	6ª FEIRA 24/02/23			
DESJEJUM 07:00 h			Leite integral Maça	Leite integral Pão com manteiga	Leite integral Pão com manteiga			
ALMOÇO 10:30 h	FACULTATIVO	CARNAVAL	Arroz, feijão, frango com cenoura e batata Salada: acelga com cenoura Fruta: Laranja	Arroz, feijão, lombo desfiado com tomate Salada: Tomate Fruta: banana	Arroz, feijão, moída com chuchu e cenoura Salada: beterraba Fruta: melancia			
COLAÇÃO DA TARDE 13:00h			Bolo de banana Suco de melancia	Salada de frutas (banana, melancia, mamão e suco de laranja)	Leite integral e pão com manteiga			
JANTAR 15:30h			Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, vagem, frango e cheiro verde)	Sopa de batata, abóbora, tomate, espinafre, macarrão argolinha, carne em iscas e cheiro verde	Sopa de fubá, couve e carne moída.			
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA SEMANAL	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
	710	115	27	29	150	15	350	5

* Todos os alimentos deverão estar bem cozidos e picados em pedaços pequenos (as verduras deverão ser picadas e repicadas para todas as turmas)

* Nenhum alimento poderá ter adição de açúcar

Rachel Hahne CRN3- 27680

Nutricionista

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BOITUVA -SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**



CARDÁPIO CRECHE

FEVEREIRO/ MARÇO 2023

SERVIÇOS	2ª FEIRA 27/02/23	3ª FEIRA 28/02/23	4ª FEIRA 01/03/23	5ª FEIRA 02/03/23	6ª FEIRA 03/03/23			
DESJEJUM 07:00 h	Leite integral Maça	Leite integral Pão com manteiga	Leite integral Pão com manteiga	Leite integral Banana	Leite integral Pão com manteiga			
ALMOÇO 10:30 h	Arroz, feijão, lombo com mandioquinha Salada: beterraba Fruta: abacaxi	Arroz, feijão, ovos cozidos com batata e cheiro verde Salada: Tomate Fruta: maça	Arroz, feijão, quibe de forno Salada: alface Fruta: Melancia	Arroz, feijão, cubos com cenoura e brócolis Salada: pepino Fruta: laranja	Arroz, feijão, macarrão padre nosso ao sugo, carne moída Salada: repolho Fruta: banana			
LANCHE DA TARDE 13:00h	Bolo de banana com cacau Suco de laranja	Vitamina de frutas (mamão e banana)	Salada de frutas (banana, melancia, abacaxi e suco de laranja)	Pão com frango desfiado Suco de melancia	Leite integral Pão com manteiga			
JANTAR 15:30h	Sopa de batata, cenoura, brócolis, macarrão argolinha, frango e cheiro verde	Sopa de feijão com batata, cenoura, abobrinha, macarrão argolinha e iscas	Sopa de fubá couve e carne moída.	Sopa de batata, abóbora, tomate, espinafre, macarrão argolinha, carne em iscas e cheiro verde	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, vagem, frango e cheiro verde)			
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA SEMANAL	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
	710	115	27	29	150	15	350	5

* Todos os alimentos deverão estar bem cozidos e picados em pedaços pequenos (as verduras deverão ser picadas e repicadas para todas as turmas)

* Nenhum alimento poderá ter adição de açúcar

Rachel Hahne CRN3- 27680

Nutricionista