

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



CARDÁPIO CRECHE

MARÇO 2023

SERVIÇOS	2ª FEIRA		3ª FEIRA		4ª FEIRA 01/03/23		5ª FEIRA 02/03/23		6ª FEIRA 03/03/23	
DESJEJUM 07:00 h					Leite integral Pão com manteiga		Leite integral Pão com manteiga		Leite integral Pão com manteiga	
ALMOÇO 10:30 h					Arroz, feijão, quibe de forno Salada: alface Fruta: Melancia		Arroz, feijão, cubos com cenoura e brócolis Salada: pepino Fruta: maçã		Arroz, feijão, macarrão padre nosso ao sugo, carne moída Salada: repolho Fruta: banana	
LANCHE DA TARDE 13:00h					Salada de frutas (banana, melancia, abacaxi e suco de laranja)		Pão com frango desfiado Suco de melancia		Salada de frutas (banana, melancia, maçã e 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		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

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



CARDÁPIO CRECHE

MARÇO 2023

SERVIÇOS	2ª FEIRA 06/03/23	3ª FEIRA 07/03/23	4ª FEIRA 08/03/23	5ª FEIRA 09/03/23	6ª FEIRA 10/03/23			
DESJEJUM 07:00 h	Leite integral Pão com manteiga	Leite integral Pão com manteiga	Leite integral Pão com manteiga	Leite integral Pão com manteiga	Leite integral Pão com manteiga			
ALMOÇO 10:30 h	Arroz, feijão, frango com batata e cenoura Salada: beterraba Fruta: melão	Arroz, feijão, escondidinho (batata e moída ao sugo) Salada: acelga e cenoura Fruta: mamão	Arroz, feijão, cubos com abóbora Salada: couve flor com cenoura Fruta: laranja	Arroz, feijão, lombo com batata-doce Salada: tomate Fruta: maçã	Arroz, feijão, macarrão ao sugo com moída Salada: pepino com tomate Fruta: banana			
LANCHE DA TARDE 13:00h	Bolo de banana Suco de laranja	Leite integral Pão com manteiga	Salada de frutas (melancia, banana e maçã com suco de laranja)	Torta de frango suco de melancia	Salada de frutas (maçã banana, mamão com suco de laranja)			
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)
	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

MARÇO 2023

SERVIÇOS	2ª FEIRA 13/03/23	3ª FEIRA 14/03/23	4ª FEIRA 15/03/23	5ª FEIRA 16/03/23	6ª FEIRA 17/03/23			
DESJEJUM 07:00 h	Leite integral Pão com manteiga	Leite integral Pão com manteiga	Leite integral Pão com manteiga	Leite integral Pão com manteiga	Leite integral Pão com manteiga			
ALMOÇO 10:30 h	Arroz, feijão, strogonoff de frango, batatas coradas Salada: Acelga com cenoura Fruta: Maça	Arroz, feijão, cubos com batata doce Salada: Tomate Fruta: Laranja	Arroz, feijão, moída com mandioquinha Salada: Alface Fruta: Melancia	Arroz, feijão, lombo desfiado com tomate Salada: Chuchu com tomate Fruta: Laranja	Arroz, feijão, macarrão ao sugo com frango Salada: repolho Fruta: Banana			
LANCHE DA TARDE 13:00h	Bolo de maça e banana Suco de melancia	Leite integral Pão com manteiga	Salada de frutas (banana, mamão e melão suco de laranja)	Pão com moída Suco de laranja	Salada de frutas (banana, mamão e melancia e suco de laranja)			
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

MARÇO 2023

SERVIÇOS	2ª FEIRA 20/03/23	3ª FEIRA 21/03/23	4ª FEIRA 22/03/23	5ª FEIRA 23/03/23	6ª FEIRA 24/03/23			
DESJEJUM 07:00 h	Leite integral Pão com manteiga	Leite integral Pão com manteiga	Leite integral Pão com manteiga	Leite integral Pão com manteiga	Leite integral Pão com manteiga			
ALMOÇO 10:30 h	Arroz com frango (cenoura e cheiro verde), feijão Salada: beterraba Fruta: melão	Arroz, feijão, cubos com abóbora Salada: acelga Fruta: mamão	Arroz, feijão, moída com batata e cenoura Salada: couve flor com cenoura Fruta: Abacaxi	Arroz, feijão preto, lombo desfiado, farofinha de cenoura Fruta: Laranja	Arroz, feijão, macarrão ao sugo com moída Salada: repolho Fruta: Banana			
COLAÇÃO DA TARDE 13:00h	Pão com manteiga leite integral	Torta de legumes suco de melancia	Salada de frutas (banana, mamão e maçã suco de laranja)	Pão com frango Suco de abacaxi	Salada de frutas (banana, abacaxi e maçã suco de laranja)			
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)
	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



CARDÁPIO CRECHE

MARÇO 2023

SERVIÇOS	2ª FEIRA 27/03/23	3ª FEIRA 28/03/23	4ª FEIRA 29/03/23	5ª FEIRA 30/03/23	6ª FEIRA 31/03/23			
DESJEJUM 07:00 h	Leite integral Pão com manteiga	Leite integral Pão com manteiga	Leite integral Pão com manteiga	Leite integral Pão com manteiga	Leite integral Pão com manteiga			
ALMOÇO 10:30 h	Arroz, feijão, moída com chuchu e cenoura Salada: pepino e tomate Fruta: melancia	Arroz, feijão, ovos mexidos com cenoura, abobrinha ralados, cheiro verde Salada: acelga com cenoura Fruta laranja	Arroz, feijão, frango com cenoura e batata Salada: Alface Fruta: banana	Arroz, feijão, lombo com batata doce Salada: beterraba Fruta: abacaxi	Arroz, feijão, macarrão ao sugo com moída Salada: tomate Fruta: maçã			
COLAÇÃO DA TARDE 13:00h	Bolo de banana com cacau Suco de melancia	Leite integral Pão com manteiga	Salada de frutas (banana, melancia, mamão e suco de laranja)	Pão com moída Suco de laranja	Salada de frutas (banana, maçã, abacaxi e suco de laranja)			
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)
	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