



Porto Ferreira

**MUNICÍPIO DE PORTO FERREIRA**  
 “A Capital Nacional da Cerâmica Artística e da Decoração”  
 Secretaria de Educação

MAIO / 2022

**Cardápio Ensino Infantil - Creche - Faixa Etária: 1 a 4 anos**

S E M A N A	Refeição	Segunda-Feira / 02/05	Terça-Feira / 03/05	Quarta-Feira / 04/05	Quinta-Feira / 05/05	Sexta-Feira / 06/05					
	1	Lanche da Manhã	Leite com Cacau, Biscoito Simples	Suco de Fruta, Biscoito Rosquinha	Fruta	Suco de Fruta, Biscoito Simples	Fruta				
Almoço		Arroz, Picadinho de Frango com Pure batata	Arroz, Feijão, Picadinho de Carne Bovina c/ Chuchu e cenoura	Arroz, Feijão, Carne Moída Refogada com mandioca e Molho de Tomate	Macarrão ao Molho de Tomate com almondegas salada repolho	Arroz, Polenta, Carne Moída ao Molho de Tomate com Cenoura					
Lanche da Tarde		Suco de Frutas, Biscoito Maisena	Salada de Frutas	Leite com Cacau, Pão de Leite	Fruta	Salada de Frutas					
Pré Jantar		Sopa de Feijão com carne, macarrão cenoura e batata	Sopa de Fubá com frango cenoura e abobrinha	Sopa de macarrão com carne moída e legumes	Sopa Cenoura, Abobrinha, Carne Bovina, Macarrão	Cuscuz com Carne Moída e legumes					
<b>Composição Nutricional Média</b>				<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
				645,1	102,15	29,18	14,69	44,07	61,47	179,91	4,93
S E M A N A	Refeição	Segunda-Feira / 09/05	Terça-Feira / 10/05	Quarta-Feira / 11/05	Quinta-Feira / 12/05	Sexta-Feira / 13/05					
	2	Lanche da Manhã	Leite com cacau, Biscoito Simples	Fruta	Suco de Fruta, Biscoito Rosquinha	Suco de Fruta, Pão de Leite	Leite com cacau, Biscoito Salgado				
Almoço		Arroz, Cenoura e Batata cozidos com Carne Moída	Arroz, Feijão, Tirinhas de Frango com Batatas	Arroz com feijoada carne cubos com farofa couve	Arroz, Feijão, Ovos Mexidos com cenoura e abobrinha	Macarrão ao Molho de Tomate com carne moída					
Lanche da Tarde		Suco de Frutas, Biscoito Maisena	Salada de Frutas	Fruta	Leite com cacau, Biscoito Simples	Suco de Frutas, Biscoito Maisena					
Pré Jantar		Canja - Arroz, Batata, Mandioquinha, Cenoura, Frango	Sopa de Fubá com Carne Moída, Escarola, Cenoura	Cuscuz com Frango e legumes	Sopa - Batata, Cenoura, Couve, Carne Bovina, Macarrão	Sopa macarrão com carne, batata cenoura e espinafre					
<b>Composição Nutricional Média</b>				<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
				701,97	88,5	32,77	24,7	69,67	47,77	221,11	3,79
S E M A N A	Refeição	Segunda-Feira / 16/05	Terça-Feira / 17/05	Quarta-Feira / 18/05	Quinta-Feira / 19/05	Sexta-Feira / 20/05					
	3	Lanche da Manhã	Leite com cacau, Biscoito Simples	Suco de Fruta, Pão de Leite	Fruta	Leite com Cacau, Pão de Leite	Fruta				
Almoço		Galinhada (arroz, peito de frango, cenoura ralada, milho e tomate), Salada de Beterraba / Fruta	Arroz, Feijão, Carne Bovina cozida com Batatas	Arroz, Feijão, Ovos Mexidos com Escarola, Salada de Alface e Tomate	Macarrão ao Molho de Tomate com Almondegas / beterraba	Arroz, Feijoada (Feijão Preto carne cubos), Farofa de Couve					
Lanche da Tarde		Suco de Frutas, Biscoito Maisena	Salada de Frutas	Suco de Fruta, Pão de Leite	Fruta	Leite com cacau e Biscoito simples					
Pré Jantar		Sopa - Macarrão, Batata, Cenoura, Chuchu, Carne Bovina	Sopa de Fubá com Carne Moída, Espinafre, Cenoura e Macarrão	Cuscuz com Frango e legumes	Sopa Cenoura, Abobrinha, Carne Bovina, Macarrão	Cuscuz com Carne Moída e legumes					
<b>Composição Nutricional Média</b>				<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
				718,05	94,17	30,82	24,82	81,3	48,17	241,02	3,7
S E M A N A	Refeição	Segunda-Feira / 23/05	Terça-Feira / 24/05	Quarta-Feira / 25/05	Quinta-Feira / 26/05	Sexta-Feira / 27/05					
	4	Lanche da Manhã	Leite com cacau, Biscoito Simples	Suco de Fruta, Pão de Leite	Fruta	Leite com Cacau, Pão de Leite	Fruta				
Almoço		Arroz, Strogonofe de frango com milho, Salada	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Batatas e cenoura	Macarrão, Molho de Tomate com carne moída	Arroz, Feijão, Ovos Mexidos com Abobrinha	Arroz, Feijão, Picadinho de Carne Bovina com Legumes					
Lanche da Tarde		Suco de Frutas, Biscoito Maisena	Salada de Frutas	Leite com cacau, Pão de Leite	Suco de Fruta, Biscoito Simples	Bolo Caseiro Simples (aniversariantes) / Suco de Fruta					
Pré Jantar		Canja - Arroz, Batata, Mandioquinha, Cenoura, Frango	Sopa de Fubá com Carne Moída, Escarola, Cenoura e Macarrão	Sopa de feijão com carne bovina, macarrão, cenoura e batatas	Sopa - Batata, Cenoura, Abóbora, Couve, Carne Bovina, Macarrão	Canja - Arroz, Batata, Mandioquinha, Cenoura, Frango					
<b>Composição Nutricional Média</b>				<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
				745,18	98,16	31,71	25,61	84,01	28,5	228,92	3,72

## OBSERVAÇÕES:

1. A consistência das preparações servidas deverá estar de acordo com a faixa etária atendida e aceitação das crianças;
2. Se alguma refeição não for consumida, a mesma deverá ser substituída por mamadeira (fórmula infantil);
3. Para as crianças que consomem refeição pastosa, o procedimento deverá ser realizado com talher (não utilizar peneiras ou liquidificador);
4. Para os menores de 6 meses que ainda não consomem alimentos sólidos, deverá ser oferecida a mamadeira (fórmula infantil).
5. Para as crianças de 4 a 6 meses que já iniciaram com alimentação, os alimentos serão oferecidos em consistência pastosa/cremosa, evoluindo a consistência conforme a aceitação. Se a refeição não for consumida, a mesma será substituída por mamadeira.

*Vanessa Fernanda de Souza*  
 NUTRICIONISTA  
 CRM3: 27729