



CARDÁPIO CRECHE – 1 à 3 anos -2022					
DIAS	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	Informação Nutricional
2ª Feira	Mingau de aveia c/ canela	Macarrão a bolonhesa, feijão, saladinha bicolor. Fruta	Suco de fruta Biscoito	Sopa de massinha com carne e legumes	769 Kcal; 107g Cho; 31g Ptn; 23g Lip; 390mg Ca; 4mg Fe; 17mg VitC; 319mcg VitA
3ª Feira	Leite batido c/ cereal e fruta	Arroz, feijão, isca de carne com batata, saladinha de alface c/ tomate. Fruta	Suco de laranja c/ cenoura Crepioça	Canja de galinha	746 Kcal; 109g Cho; 26g Ptn; 22g Lip; 291mg Ca; 4mg Fe; 42mg VitC; 1024mcg VitA
4ª Feira	Suco de fruta Biscoito	Arroz c/ cenoura, feijão, Escondidinho de batata doce com frango. Fruta	Leite batido c/ fruta Cookie de banana c/ aveia	Sopa de massinha com carne e massinha.	760 Kcal; 97g Cho; 34g Ptn; 26g Lip; 468mg Ca; 4mg Fe; 118mg VitC; 665mcg VitA
5ª Feira	FERIADO				
6ª Feira	RECESSO				

Obs.: Crianças menores de 3 anos não adicionar açúcar nas preparações.

Nutricionista Responsável pela Elaboração	Matrícula	Assinatura
Luciana de Jesus Santos	101626-1	
Secretária Municipal de Educação	Matrícula	Assinatura
Magda Elaine Sayão Capute	300301-0	



CARDÁPIO CRECHE – 1 à 3 anos -2022

DIAS	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	Informação Nutricional
2ª Feira	Vitamina de aveia c/ banana	Macarrão ao molho de sardinha, feijão, cenoura sauté. Fruta	Canjica	Canja de galinha	760 Kcal; 116g Cho; 30g Ptn; 23g Lip; 408mg Ca; 4mg Fe; 52mg VitC; 366mcg VitA
3ª Feira	Leite batido c/ fruta e cereal	Arroz, feijão, abobrinha recheada c/ carne moída, salada de alface, tomate. Fruta	Suco de fruta Bolo de aveia c/ banana	Sopa de massinha c/ carne e legumes.	710 Kcal; 89g Cho; 28g Ptn; 26g Lip; 428mg Ca; 5mg Fe; 29mg VitC; 1.039mcg VitA
4ª Feira	Suco de fruta Biscoito	Arroz c/ cenoura, feijão, isca de figado, couve flor gratinada.	Vitamina de fruta c/ aveia	Canja de galinha	783 Kcal; 107g Cho; 35g Ptn; 23g Lip; 256mg Ca; 4mg Fe; 77mg VitC; 165mcg VitA
5ª Feira	Leite batido c/ fruta Biscoito	Arroz, feijão, Frango Brasileiro, mix verde. Fruta	Suco de fruta Cookie de banana	Sopa de massinha c/ carne e legumes	793 Kcal; 113g Cho; 29g Ptn; 24g Lip; 284mg Ca; 3mg Fe; 77mg VitC; 268mcg VitA
6ª Feira	Leite batido c/ fruta e cereal	Arroz primavera, feijão, Bolo de batata c/ carne moída, saladinha de tomate.	Suco de fruta Pão de queijo	Canja de galinha	761 Kcal; 91g Cho; 35g Ptn; 27g Lip; 371mg Ca; 10mg Fe; 84mg VitC; 3.775mcg VitA

Obs.: Crianças menores de 3 anos não adicionar açúcar nas preparações.

Nutricionista Responsável pela Elaboração	Matrícula	Assinatura
Luciana de Jesus Santos	101626-1	
Secretária Municipal de Educação	Matrícula	Assinatura
Magda Elaine Sayão Capute	300301-0	