

CARDÁPIO CRECHE - ZONA URBANA  
EDUCAÇÃO INFANTIL (6-11 MESES) PERÍODO INTEGRAL  
FEVEREIRO - AGOSTO 2024

## LANCHE DA MANHÃ I (8H) SEMANA 1 E 3

## SEGUNDA-FEIRA

Leite Materno ou  
Fórmula Infantil de seguimento

## TERÇA-FEIRA

Leite Materno ou  
Fórmula Infantil de seguimento

## QUARTA-FEIRA

Leite Materno ou  
Fórmula Infantil de seguimento

## QUINTA-FEIRA

Leite Materno ou  
Fórmula Infantil de seguimento

## SEXTA-FEIRA

Leite Materno ou  
Fórmula Infantil de seguimento

## LANCHE DA MANHÃ II (9:30H) SEMANA 1 E 3

## SEGUNDA-FEIRA

Laranja em rodela ou pedaços bem  
pequenos / sem sementes

## TERÇA-FEIRA

Maçã cozida amassada

## QUARTA-FEIRA

Fruta de época

## QUINTA-FEIRA

Mamão amassado

## SEXTA-FEIRA

Banana amassada

## ALMOÇO (11H) SEMANA 1 E 3

## SEGUNDA-FEIRA

Abobrinha e Beterraba (cozidos e  
bem picados/amassados)  
Arroz (arroz), Lentilha (lentilha,  
temperos, óleo, sal), Peixe cozido e  
desfiado (filé de tilápia, temperos e  
limão)

## TERÇA-FEIRA

Batata inglesa e Brócolis (cozidos e  
bem picados/amassados)  
Macarrão cozido (macarrão integral),  
Carne moída cozida c/ molho de  
tomate  
(carne, tomate, temperos e sal)

## QUARTA-FEIRA

Batata doce e Abóbora cabotiá  
(cozidos e bem picados/amassados)  
Arroz (arroz), Feijão carioca (feijão,  
temperos, sal e óleo), Sassami cozido  
e desfiado (frango e temperos) e

## QUINTA-FEIRA

Repolho roxo e Chuchu (cozidos e  
bem picados/amassados)  
Arroz integral (arroz integral),  
Feijão preto (feijão, temperos, sal e  
óleo) Iscas de patinho cozidas e  
desfiadas (carne e temperos)

## SEXTA-FEIRA

Cenoura e Abobrinha (cozidos e  
bem picados/amassados)  
Arroz (arroz), Filé de coxa e  
sobrecosta cozida e desfiada c/  
molho de tomate (frango, tomate,  
temperos e sal)

## LANCHE DA TARDE I (14H) SEMANA 1 E 3

## SEGUNDA-FEIRA

Leite Materno ou  
Fórmula Infantil de seguimento

## TERÇA-FEIRA

Leite Materno ou  
Fórmula Infantil de seguimento

## QUARTA-FEIRA

Leite Materno ou  
Fórmula Infantil de seguimento

## QUINTA-FEIRA

Leite Materno ou  
Fórmula Infantil de seguimento

## SEXTA-FEIRA

Leite Materno ou  
Fórmula Infantil de seguimento

## LANCHE DA TARDE II (15:30H) SEMANA 1 E 3

## SEGUNDA-FEIRA

Maçã cozida amassada

## TERÇA-FEIRA

Banana amassada

## QUARTA-FEIRA

Laranja em rodela ou pedaços bem  
pequenos / sem sementes

## QUINTA-FEIRA

Fruta de época

## SEXTA-FEIRA

Mamão amassado

## JANTAR (17H) SEMANA 1 E 3

## SEGUNDA-FEIRA

Batata doce e Cenoura (cozidos e bem  
picados/amassados)  
Arroz (arroz), Feijão carioca (feijão,  
temperos, óleo e sal), Ovo cozido  
picado (ovo de galinha)

## TERÇA-FEIRA

Abóbora Cabotiá e Chuchu (cozidos e  
bem picados/amassados)  
Polenta cremosa (fubá e sal), Filé de  
coxa e sobrecosta assada e desfiada  
(frango e temperos)

## QUARTA-FEIRA

Repolho verde e Beterraba  
(cozidos e bem picados/amassados)  
Arroz (arroz), Feijão preto (feijão,  
temperos, óleo e sal), Iscas de  
patinho cozidas e desfiada (carne e  
temperos)

## QUINTA-FEIRA

Batata inglesa e Abobrinha (cozidos e  
bem picados/amassados)  
Macarrão cozido (macarrão integral),  
Sassami cozido e desfiado c/ molho  
de tomate (frango, tomate, temperos  
e sal)

## SEXTA-FEIRA

Couve-flor e Beterraba (cozidos e  
bem picados/amassados)  
Arroz (arroz), Lentilha (lentilha,  
temperos, óleo, sal), Carne moída  
cozida (carne e temperos)

## CONSISTÊNCIA PARA OFERECIMENTO DOS ALIMENTOS:

6-8 MESES: ALIMENTOS BEM COZIDOS, AMASSADOS COM GARFO,  
RASPADOS, DESFIADOS OU BEM PICADOS;

9-11 MESES: ALIMENTOS SOLIDO MACIO PICADOS.

## \*Frutas de época:

Abacate, Abacaxi, Caqui,  
Goiaba, Manga, Melancia,  
Pera e Tangerina

As frutas e legumes/verduras podem variar  
conforme disponibilidade na unidade e  
grau de maturação dos alimentos

COMPOSIÇÃO  
NUTRICIONAL  
(Média Semanal)

ENERGIA  
(Kcal)  
502

CHO (g)  
55% a 65% do VET  
70g (55%)

PTN (g)  
10% a 15% do VET  
20g (16%)

LPD (g)  
25% a 30% do VET  
16 g (28%)

Ca (mg)  
357

Fe (mg)  
6,5

Vit. C (mg)  
72

Vit. A (mcg)  
537

TODOS OS ALIMENTOS DEVERÃO SER SERVIDOS À CRIANÇA, E DE FORMA SEPARADA NO PRATO.  
\* CONFORME RESOLUÇÃO DO FNDE Nº06 DE 2020, NÃO É PERMITIDO A OFERTA DE AÇÚCAR, CAFÉ E ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS PARACRIANÇAS COM ATÉ 03 ANOS DE IDADE.  
ALTERAÇÕES NO CARDÁPIO DEVERÃO SER COMUNICADAS AO SETOR DE NUTRIÇÃO COM 24H DE ANTECEDÊNCIA, CONFORME LEI Nº3.896 DE 2016.



CARDÁPIO CRECHE - ZONA URBANA  
EDUCAÇÃO INFANTIL (6-11 MESES) PERÍODO INTEGRAL  
FEVEREIRO - AGOSTO 2024

LANCHE DA MANHÃ I (8H) SEMANA 2 E 4

SEGUNDA-FEIRA

Leite Materno ou  
Fórmula Infantil de seguimento

TERÇA-FEIRA

Leite Materno ou  
Fórmula Infantil de seguimento

QUARTA-FEIRA

Leite Materno ou  
Fórmula Infantil de seguimento

QUINTA-FEIRA

Leite Materno ou  
Fórmula Infantil de seguimento

SEXTA-FEIRA

Leite Materno ou  
Fórmula Infantil de seguimento

LANCHE DA MANHÃ II (9:30H) SEMANA 2 E 4

SEGUNDA-FEIRA

Maçã cozida amassada

TERÇA-FEIRA

Banana amassada

QUARTA-FEIRA

Laranja em rodela ou pedaços bem  
pequenos / sem sementes

QUINTA-FEIRA

Fruta de época

SEXTA-FEIRA

Mamão amassado

ALMOÇO (11H) SEMANA 2 E 4

SEGUNDA-FEIRA

Batata doce e Cenoura (cozidos e  
bem picados/amassados)

Arroz (arroz), Feijão carioca(feijão,  
temperos, óleo, sal)

Abóbora Cabotiá e Chuchu (cozidos  
e bem picados/amassados)

Arroz (arroz), Feijão preto ( feijão,  
temperos, óleo e sal), Filé de coxa e  
sobrecoxa assada desfiada  
(frango e temperos)

Repolho verde e Beterraba (cozidos  
e bem picados/amassados)

Macarrão cozido (macarrão integral),  
Isclas de patinho cozidas e desfiadas  
c/ molho de tomate (carne, tomate,  
temperos e sal)

Batata inglesa e Abobrinha (cozidos  
e bem picados/amassados)

Polenta cremosa (fubá e sal),  
Sassami cozido e desfiado (frango e  
temperos)

Couve-flor e Beterraba (cozidos  
e bem picados/amassados)

Arroz (arroz), Lentilha (lentilha,  
temperos, óleo e sal), Carne moída  
cozida (carne e temperos)

LANCHE DA TARDE I (14H) SEMANA 2 E 4

SEGUNDA-FEIRA

Leite Materno ou  
Fórmula Infantil de seguimento

TERÇA-FEIRA

Leite Materno ou  
Fórmula Infantil de seguimento

QUARTA-FEIRA

Leite Materno ou  
Fórmula Infantil de seguimento

QUINTA-FEIRA

Leite Materno ou  
Fórmula Infantil de seguimento

SEXTA-FEIRA

Leite Materno ou  
Fórmula Infantil de seguimento

LANCHE DA TARDE II (15:30H) SEMANA 2 E 4

SEGUNDA-FEIRA

Laranja em rodela ou pedaços bem  
pequenos / sem sementes

TERÇA-FEIRA

Maçã cozida amassada

QUARTA-FEIRA

Banana amassada

QUINTA-FEIRA

Mamão amassado

SEXTA-FEIRA

Fruta de época

JANTAR (17H) SEMANA 2 E 4

SEGUNDA-FEIRA

Abobrinha e Beterraba (cozidos e  
bem picados/amassados)

Arroz (arroz), Peixe cozido e desfiado  
(filé de tilápia, temperos e limão),

Batata inglesa e Brócolis (cozidos e bem  
picados/amassados)

Arroz (arroz), Lentilha (lentilha, temperos,  
óleo e sal), Isclas de patinho cozida e  
desfiada (carne e temperos),

Batata doce e Abóbora Cabotiá  
(cozidos e bem picados/amassados)

Arroz integral (arroz integral),  
Feijão preto (feijão, temperos, sal e  
óleo), Filé de coxa e sobrecoxa  
cozida e desfiada (frango e  
temperos)

Repolho roxo e Chuchu (cozidos e  
bem picados/amassados)

Arroz (arroz), Feijão carioca (feijão,  
temperos, sal e óleo), Batata doce  
cozida e amassada (batata), Pernil  
suíno moído ensopado (carne suína,  
tomate, extrato, temperos e sal)

Cenoura e Abobrinha(cozidos e  
bem picados/amassados)

Macarrão c/ molho de tomate  
(macarrão integral, tomate e  
temperos), Sassami cozido e  
desfiado (frango, temperos e sal)

CONSISTÊNCIA PARA OFERECIMENTO DOS ALIMENTOS:

6-8 MESES: ALIMENTOS BEM COZIDOS, AMASSADOS COM GARFO,  
RASPADOS, DESFIADOS OU BEM PICADOS;

9-11 MESES: ALIMENTOS SOLIDO MACIO PICADOS.

\*Frutas de época:

Abacate, Abacaxi, Caqui,  
Goiaba, Manga, Melancia,  
Pera e Tangerina

As frutas e legumes/verduras podem variar  
conforme disponibilidade na unidade e  
grau de maturação dos alimentos

TODOS OS ALIMENTOS DEVERÃO SER SERVIDOS À CRIANÇA, E DE FORMA SEPARADA NO PRATO.

\* CONFORME RESOLUÇÃO DO FNDE Nº06 DE 2020, NÃO É PERMITIDO A OFERTA DE AÇÚCAR, CAFÉ E ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS PARA CRIANÇAS COM ATÉ 03 ANOS DE IDADE.  
ALTERAÇÕES NO CARDÁPIO DEVERÃO SER COMUNICADAS AO SETOR DE NUTRIÇÃO COM 24H DE ANTECEDÊNCIA, CONFORME LEI Nº3.896 DE 2016.

COMPOSIÇÃO  
NUTRICIONAL  
(Média Semanal)

ENERGIA  
(Kcal)  
483

CHO (g)  
55% a 65% do VET  
68g (56%)

Ca (mg) Fe (mg) Vit. C (mg) Vit. A (mcg)

355 6,4 69 549

PTN (g)  
10% a 15% do VET  
18g (15%)

LPD (g)  
25% a 30% do VET  
15 g (28%)