



### 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

Maçã raspada

#### TERÇA-FEIRA

Banana amassada

#### QUARTA-FEIRA

Laranja em rodela / sem sementes

#### QUINTA-FEIRA

Mamão amassado

#### SEXTA-FEIRA

Fruta de época

### ALMOÇO (11H) SEMANA 1 E 3

#### SEGUNDA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)  
Arroz (arroz), Lentilha (lentilha,  
temperos, óleo e sal), Peixe cozido  
(filé de tilápia, temperos e limão)

#### TERÇA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)  
Batata cozida (batata inglesa),  
Frango cozido desfiado com molho  
de tomate (sassami, temperos,  
tomate, sal)

#### QUARTA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)  
Arroz integral (arroz integral), Feijão  
preto (feijão, temperos, óleo e sal), Iscas  
cozidas (carne e temperos)

#### QUINTA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)  
Macarrão cozido (macarrão integral),  
sobrecoxa cozida desfiada (frango,  
tempero, sal)

#### SEXTA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)  
Arroz (arroz), Feijão carioca (feijão,  
temperos, óleo e sal), Carne moída  
cozida (carne e temperos)

### 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

Laranja em rodela / sem sementes

#### TERÇA-FEIRA

Fruta de época

#### QUARTA-FEIRA

Mamão amassado

#### QUINTA-FEIRA

Maçã assada amassada

#### SEXTA-FEIRA

Banana amassada

### JANTAR (17H) SEMANA 1 E 3

#### SEGUNDA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)  
Arroz (arroz), Feijão carioca (feijão,  
temperos, óleo e sal)

#### TERÇA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)  
Arroz (arroz), Lentilha (lentilha,  
temperos, sal e óleo), Carne moída  
cozida (carne e temperos)

#### QUARTA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)  
Arroz (arroz), Abóbora cabotiá  
amassada (abóbora), Frango cozido  
(sassami, temperos e sal)

#### QUINTA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)  
Batata doce cozida (batata doce),  
Feijão preto  
(feijão, temperos, óleo, sal)  
Isclas cozidas (carne e temperos)

#### SEXTA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)  
Polenta cremosa (fubá e sal)  
Sobrecoxa cozida (frango e  
temperos)

COMPOSIÇÃO  
NUTRICIONAL  
(Média Semanal)

ENERGIA  
(Kcal)  
467

CHO (g)  
55% a 65% do VET  
67g (57%)

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

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

Ca (mg)  
351

Fe (mg)  
6,3

Vit. C (mg)  
70

Vit. A (mcg)  
453

CONSISTÊNCIA PARA OFERECIMENTO DE TODOS OS ALIMENTOS:

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

9-11 MESES: ALIMENTOS SOLIDOS MACIO PICADOS.

TODOS OS ALIMENTOS DEVERÃO SER SERVIDOS AO ALUNO, 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 ALUNOS 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.



Jeniffer D de Souza  
Nutricionista  
CRN 10: 3157

Luciana Segato  
Nutricionista  
CRN 10:0711

Anny Carolina de Bassi  
Nutricionista  
CRN 10:8729P

Sheila Demétrio Reis  
Nutricionista  
CRN 10: 4381

CARDÁPIO CRECHE - ZONA URBANA  
EDUCAÇÃO INFANTIL (6 - 11 MESES) PERÍODO INTEGRAL  
FEVEREIRO-DEZEMBRO 2023

## 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 raspada

## TERÇA-FEIRA

Banana amassada

## QUARTA-FEIRA

Laranja em rodela / sem sementes

## QUINTA-FEIRA

Mamão amassado

## SEXTA-FEIRA

Fruta de época

## ALMOÇO (11H) SEMANA 2 E 4

## SEGUNDA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)  
Arroz (arroz), Lentilha (lentilha,  
temperos, óleo e sal), Ovo cozido  
picado (ovo de galinha)

## TERÇA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)  
Batata doce cozida (batata doce), Feijão  
preto (temperos, óleo e sal), Sobrecoxa  
cozida desfiada (frango e temperos)

## QUARTA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)  
Polenta cremosa (fubá, sal).  
Isclas cozidas (carne e temperos)

## QUINTA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)  
Arroz (arroz), Feijão carioca  
(feijão, temperos, óleo, sal)  
Frango cozido desfiado (sassami e  
temperos)

## SEXTA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)  
Arroz (arroz), Abóbora cabotiá  
cozida amassada (cabotiá)  
Carne moída cozida  
(carne e temperos, sal)

## 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 / sem sementes

## TERÇA-FEIRA

Fruta de época

## QUARTA-FEIRA

Mamão amassado

## QUINTA-FEIRA

Maçã assada amassada

## SEXTA-FEIRA

Banana amassada

## JANTAR (17H) SEMANA 2 E 4

## SEGUNDA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)  
Arroz (arroz), Feijão preto (feijão,  
temperos, óleo, sal), Peixe cozido (filé  
de tilápia, temperos e limão)

## TERÇA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)  
Macarrão cozido (macarrão integral),  
Carne moída cozida  
(carne e temperos)

## QUARTA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)  
Arroz (arroz), Lentilha (lentilha,  
temperos, sal e óleo), Sobrecoxa  
cozida desfiada (frango e temperos)

## QUINTA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)  
Batata inglesa cozida,, Isclas cozidas  
desfiadas com molho de tomate  
(carne, temperos, tomate)

## SEXTA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)  
Arroz integral (arroz), Feijão carioca  
(feijão, temperos, óleo e sal),  
Sobrecoxa cozida desfiada (frango e  
temperos)

COMPOSIÇÃO  
NUTRICIONAL  
(Média Semanal)

ENERGIA  
(Kcal)  
477

CHO (g)  
55% a 65% do VET  
67g (56%)

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

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

Ca (mg)  
354

Fe (mg)  
6,5

Vit. C (mg)  
68

Vit. A (mcg)  
351

## CONSISTÊNCIA PARA OFERECIMENTO DE TODOS OS ALIMENTOS:

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

9-11 MESES: ALIMENTOS SOLIDO MACIO PICADOS.

TODOS OS ALIMENTOS DEVERÃO SER SERVIDOS AO ALUNO, E DE FORMA SEPARADA NO PRATO. FRUTAS PODEM SER ALTERADAS EM FUNÇÃO DA MATURAÇÃO.

\* CONFORME RESOLUÇÃO DO FNDE Nº06 DE 2020, NÃO É PERMITIDO A OFERTA DE AÇÚCAR, CAFÉ E ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS PARA ALUNOS 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.

Jeniffer D de Souza  
Jeniffer Diniz de Souza  
Nutricionista  
CRN 10: 3157

Luciana Segato  
Luciana Segato  
Nutricionista  
CRN 10:0711

Anny Bassi  
Anny Caroline de Bassi  
Nutricionista  
CRN 10:8729P

Sheila Demétrio Reis  
Sheila Demétrio Reis  
Nutricionista  
CRN 10: 4381

