

CARDÁPIO CRECHE - ZONA URBANA
EDUCAÇÃO INFANTIL 6 - 11 MESES / PERÍODO INTEGRAL
FEVEREIRO-DEZEMBRO 2025



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 / sem sementes

TERÇA-FEIRA

Maçã raspada

QUARTA-FEIRA

Banana amassada

QUINTA-FEIRA

Fruta de época

SEXTA-FEIRA

Mamão amassado

ALMOÇO (11H) SEMANA 1 E 3

SEGUNDA-FEIRA

Beterraba cozida
Arroz (arroz) e Feijão carioca (feijão,
temperos, óleo e sal), Legumes
refogados (abóbora, chuchu, abobrinha)
Ovos mexidos (ovos, óleo)

TERÇA-FEIRA

Repolho verde e roxo refogado
Arroz (arroz) Feijão vermelho
(feijão, temperos, óleo e sal)
Sobrecoxa ensopada
(sobrecoxa, tomate, extrato,
temperos)

QUARTA-FEIRA

Cenoura e chuchu cozidos
Macarrão (parafuso), Ragú de carne
(lagarto desfiado, tomate, extrato,
temperos e sal)

QUINTA-FEIRA

Brócolis e couve-flor cozidos
Arroz integral (arroz integral) e Feijão
preto (feijão, temperos, óleo e sal),
Sobrecoxa assada com batata doce
(sobrecoxa, batata doce, temperos)

SEXTA-FEIRA

Chuchu e cenoura cozidos
Polenta cremosa (Fubá), Sassami
ensopado (sassami, tomate,
extrato, temperos, 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

Mamão amassado

TERÇA-FEIRA

Fruta de época

QUARTA-FEIRA

Laranja em rodela / sem sementes

QUINTA-FEIRA

Maçã assada amassada

SEXTA-FEIRA

Banana amassada com canela

JANTAR (17H) SEMANA 1 E 3

SEGUNDA-FEIRA

Brócolis e couve-flor cozidos
Arroz (arroz), Peixe ensopado (filé
de tilápia, tomate, extrato,
temperos e sal)

TERÇA-FEIRA

Cenoura e beterraba cozidos
Arroz (arroz) e Lentilha (lentilha,
temperos, óleo e sal), Batata
amassada (batata) Carne moída
ensopada (carne moída, tomate,
extrato, temperos)

QUARTA-FEIRA


Abobrinha cozida
Arroz (arroz) e Feijão carioca (feijão,
temperos, óleo e sal), Sassami
ensopado (sassami, milho, tomate,
extrato e temperos)


QUINTA-FEIRA

Repolho verde refogado
Macarrão (macarrão parafuso),
Isclas ensopadas (isclas, tomate,
extrato, temperos e sal)

SEXTA-FEIRA

Beterraba cozida e couve manteiga
refogada
Arroz (arroz) e Feijão preto (feijão,
temperos, óleo e sal), Carne suína
ensopada (pernil suíno, tomate,
extrato, temperos)


Luciana Segato
Nutricionista
CRN10 0711


Sheila Demétrio Reis
Nutricionista
CRN10 4381

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (Média Semanal)	ENERGIA (Kcal) 458	CHO (g) 63g (55%)	PTN (g) 18g (16%)	LPD (g) 15g (30%)	Ca (mg) 378	Fe (mg) 6,5	Vit. C (mg) 83	Vit. A (mcg) 641
--	--------------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------	----------------	-------------------	---------------------

TODOS OS ALIMENTOS DEVERÃO SER SERVIDOS AO ALUNO, E DE FORMA SEPARADA NO PRATO. AS PREPARAÇÕES DEVEM SER OFERECIDAS NA CONSISTÊNCIA NORMAL, EXCETO AS PREVISTAS EM PURÊ/CREME. * 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.

