



CARDÁPIO B - CRECHE 6 A 11 MESES - MARÇO/2025

	03/03 (Segunda-feira)	04/03 (Terça-feira)	05/03 (Quarta-feira)	06/03 (Quinta-feira)	07/03 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	PONTO FACULTATIVO - CARNAVAL			Fórmula infantil 2 Maçã	Fórmula infantil 2 Banana com mamão
ALMOÇO (10:00h)				Mandioca, cenoura, repolho, feijão, ovo Laranja	Batata doce, chuchu, beterraba, frango Maçã
LANCHE (13:00h)				Fórmula infantil 2 Pera	Fórmula infantil 2 Banana
JANTAR (15:00h)				Batata, cenoura, chuchu, grão de bico, carne Maçã	Mandioca, acelga, tomate, feijão, pernil Melão
LANCHE DA SAÍDA				Doce de banana (sem açúcar)	MAÇÃ

Composição nutricional (Média semanal)	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	Manhã	393	51	15	14	228	71	271	6
	Tarde	230	46	12	11	146	61	206	4
	Integral	697	96	27	23	355	131	466	10

	10/03 (Segunda-feira)	11/03 (Terça-feira)	12/03 (Quarta-feira)	13/03 (Quinta-feira)	14/03 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Fórmula infantil 2 Manga	Fórmula infantil 2 Maçã	Fórmula infantil 2 Banana com mamão	Fórmula infantil 2 Banana	Fórmula infantil 2 Pera
ALMOÇO (10:00h)	Mandioca, beterraba, chuchu, frango Melancia	Mandioca, cenoura, acelga, feijão, frango Melão	Batata, abóbora, chuchu, feijão, peixe Melancia	Batata, cenoura, couve, feijão preto, pernil Laranja	Batata, cenoura, escarola, feijão, frango Banana
LANCHE (13:00h)	Fórmula infantil 2 Banana cozida	Fórmula infantil 2 Manga	Fórmula infantil 2 Maçã	Fórmula infantil 2 Pera	Fórmula infantil 2 Banana com abacate
JANTAR (15:00h)	Batata, cenoura, chuchu, feijão, ovo Laranja	Batata, cenoura, abobrinha, feijão fradinho, carne Maçã	Mandioca, cenoura, repolho, ervilha, frango Melão	Batata, mandioquinha, abobrinha, feijão, carne Maçã	Mandioca, acelga, tomate, feijão, carne Melancia
LANCHE DA SAÍDA	PERA	MAÇÃ	BANANA	PERA	NECTARINA

Composição nutricional (Média semanal)	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	Manhã	385	59	15	10	213	52	277	5
	Tarde	328	49	10	10	203	63	208	4
	Integral	652	98	24	18	395	110	419	9

	17/03 (Segunda-feira)	18/03 (Terça-feira)	19/03 (Quarta-feira)	20/03 (Quinta-feira)	21/03 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Fórmula infantil 2 Manga	Fórmula infantil 2 Maçã	Fórmula infantil 2 Banana com mamão	Fórmula infantil 2 Pera	Fórmula infantil 2 Banana
ALMOÇO (10:00h)	Batata, acelga, tomate, feijão, ovo Laranja	Batata doce, chuchu, beterraba, feijão, carne Melão	Batata, cenoura, abobrinha, feijão, carne Laranja	Mandioca, abóbora, couve, feijão, pernil Laranja	Batata, cenoura, abobrinha, feijão, frango Maçã
LANCHE (13:00h)	Fórmula infantil 2 Pera	Fórmula infantil 2 Banana cozida	Fórmula infantil 2 Pera	Fórmula infantil 2 Manga	Fórmula infantil 2 Banana com abacate
JANTAR (15:00h)	Mandioca, cenoura, chuchu, feijão branco, carne Melancia	Batata, cenoura, repolho, feijão, frango Maçã	Mandioca, cenoura, abobrinha, feijão, carne Melão	Batata doce, cenoura, chuchu, feijão, carne Maçã	Mandioca, abóbora, tomate, feijão, carne Banana
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	AMEIXA	BANANA	GOIABA

Composição nutricional (Média semanal)	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	Manhã	355	52	12	11	420	113	222	4
	Tarde	361	55	12	10	343	66	209	4
	Integral	655	97	23	19	742	166	411	8

	24/03 (Segunda-feira)	25/03 (Terça-feira)	26/03 (Quarta-feira)	27/03 (Quinta-feira)	28/03 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Fórmula infantil 2 Manga	Fórmula infantil 2 Banana cozida	Fórmula infantil 2 Pera	Fórmula infantil 2 Maçã	Fórmula infantil 2 Banana com abacate
ALMOÇO (10:00h)	Batata, cenoura, acelga, feijão, ovo Laranja	Mandioca, abóbora, repolho, feijão, carne Melancia	Batata, mandioquinha, acelga, feijão preto, pernil Laranja	Mandioca, cenoura, abobrinha, carne Melão	Mandioca, cenoura, abobrinha, feijão, frango Sorvete de fruta (banana e morango)
LANCHE (13:00h)	Fórmula infantil 2 Pera	Fórmula infantil 2 Banana com mamão	Fórmula infantil 2 Banana	Fórmula infantil 2 Manga	Fórmula infantil 2 Maçã
JANTAR (15:00h)	Mandioca, abóbora, brócolis, soja, carne Melão	Batata, cenoura, chuchu, feijão, frango Maçã	Batata, abóbora, chuchu, carne Maçã	Batata, cenoura, chuchu, feijão, peixe Laranja	Batata, cenoura, repolho, feijão, carne Sorvete de fruta (banana e morango)
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	BANANA	GOIABA	MEXERICA

Composição nutricional (Média semanal)	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	Manhã	249	37	9	7	324	38	138	3
	Tarde	249	37	9	7	324	38	138	3
	Integral	384	57	14	11	591	68	245	5

Suzana Ruth Vieira da Silva

CRN-3 21934

Nutricionista RT - SAE