



CARDÁPIO CRECHE/PRÉ 1 A 5 ANOS - MAIO/2025

UMES ACRE, PARÁ E SANTA CATARINA

		05/05 (Segunda-feira)	06/05 (Terça-feira)	07/05 (Quarta-feira)	08/05 (Quinta-feira)	09/05 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h) LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Suco de manga Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e mamão Maçã	Suco de abacaxi Cuscuz com frango	Leite Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5	Suco de manga Pão de forma integral com manteiga	Leite com cacau Biscoito rosquinha de coco			Leite com cacau Pão de forma integral com manteiga
ALMOÇO (10:00h) JANTAR (15:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Batata sauté Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com batata doce Salada de cenoura Melão	Arroz Frango desfiado ao molho com abobrinha e cenoura Salada de repolho com tomate Banana	Arroz, Feijão Moqueca de peixe (pimentão, cebola, coentro, tomate) Salada de batata Laranja	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada acelga com cenoura Melancia
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	MEXERICA	PERA	GOAIBA

Composição nutricional (Média semanal)	Faixa etária	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	1 a 3 anos	Manhã / Tarde	503	76	20	11	192	33	164	3
	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	619	98	25	15	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR			

		12/05 (Segunda-feira)	13/05 (Terça-feira)	14/05 (Quarta-feira)	15/05 (Quinta-feira)	16/05 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h) LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Suco de melancia Pão caseiro com manteiga	Leite batido com batata doce Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e abacate Banana	Suco de abacaxi Torta de carne moída com legumes	Leite Pão caseiro com requeijão de inhame
	Inf. 4 e 5	Leite com café Pão de forma integral com requeijão	Leite com cacau Biscoito cream cracker			Iogurte de morango Pão hot dog com requeijão de inhame
ALMOÇO (10:00h) JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado com cenoura Salada de acelga Melão	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de repolho misto (verde e roxo) Maçã	Macarrão ao sugo Quibe de forno Salada de alface, cenoura e milho Banana	Arroz, Feijão Isca de frango acebolada Creme de milho Melancia	Arroz, Feijão preto Pernil com mandioca Farofa de couve Laranja
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	BANANA	MEXERICA	Suco Individual (Agricultura Familiar)

Composição nutricional (Média semanal)	Faixa etária	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	1 a 3 anos	Manhã / Tarde	505	78	21	12	190	32	165	3
	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	620	97	24	14	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR			

		19/05 (Segunda-feira)	20/05 (Terça-feira)	21/05 (Quarta-feira)	22/05 (Quinta-feira)	23/05 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Cuscuz com frango	Vitamina de banana com mamão Banana	Suco de laranja Pão caseiro com manteiga	Suco individual (Agricultura Familiar)
LANCHE (13:00h)	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Biscoito maisena			Suco de uva Pão de forma integral com manteiga	* Bolo / Biscoito de polvilho Suco individual (Agricultura Familiar)
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos com tomate	Arroz, Feijão preto Pernil ao vinagrete	Sopa de legumes com carne (abóbora, batata, chuchu, macarrão para sopa)	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho com milho / Salada de pepino e tomate /	Arroz, Feijão Frango com abóbora
JANTAR (15:00h)		Laranja Salada de batata	Maçã Virado de acelga	Manga	Banana	Melancia
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	CARAMBOLA	BANANA	MEXERICA

* **Bolo de banana (adoçado com tâmara)**

Composição nutricional (Média semanal)	Faixa etária	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	1 a 3 anos	Manhã / Tarde	494	81	21	11	202	32	165	3
	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	596	91	22	13	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR			

		26/05 (Segunda-feira)	27/05 (Terça-feira)	28/05 (Quarta-feira)	29/05 (Quinta-feira)	30/05 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e maçã Pão caseiro com pasta de grão de bico	Vitamina de banana e abacate Banana	Suco de abacaxi Torta de carne moída com legumes	Suco individual (Agricultura Familiar) Pão recheado com frango
LANCHE (13:00h)	Inf. 4 e 5	Leite com café Biscoito rosquinha de coco	Leite com cacau Pão hot dog com pasta de grão de bico			Suco individual (Agr. Familiar) Pão de forma com patê de frango
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho com abobrinha / Salada de feijão fradinho e beterraba ralada	Arroz, Feijão Carne em cubos com purê de batata	Sopa de feijão com carne (cenoura, batata, chuchu)	Arroz, Feijão preto Pernil com mandioca	Arroz, Feijão Frango acebolado
JANTAR (15:00h)		Melancia	Salada de acelga com cenoura	Mamão	Salada de alface Banana	Salada de repolho com beterraba * Bolo de cacau e Sorvete
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	KIWI	GOIABA	PERA

* **Bolo de cacau CRECHE:** (adoçado com tâmara, uva passa e banana) e com cobertura de brigadeiro de banana (banana, leite em pó e cacau) e castanha de caju triturada ou fruta. ** **Sorvete de fruta:** banana e morango.

* **Bolo de cacau PRÉ-ESCOLA:** Bolo de cacau com cobertura de leite condensado e cacau e castanha de caju triturada ou fruta.

Suzana Ruth Vieira da Silva
CRN-3 21934
Nutricionista - SAE

Composição nutricional (Média semanal)	Faixa etária	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	1 a 3 anos	Manhã / Tarde	485	78	20	10	200	31	164	3
	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	596	91	22	13	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR			