



CARDÁPIO CRECHE/PRÉ 1 A 5 ANOS - JULHO/2025
(UMES ACRE, PARÁ E SANTA CATARINA)

		30/06 (Segunda-feira)	01/07 (Terça-feira)	02/07 (Quarta-feira)	03/07 (Quinta-feira)	04/07 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h) LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Suco de manga Pão caseiro com manteiga	Suco de laranja Torta de carne moída com legumes	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e mamão Maçã	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5	Leite com café Pão de forma integral com requeijão		Leite com cacau Biscoito cream cracker	Iogurte de morango Maçã	Leite com cacau Pão de hot dog com manteiga
ALMOÇO (10:00h) JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Frango com abóbora Salada de beterraba ralada Melão	Arroz, Feijão Carne em cubos com chuchu Salada de repolho com tomate Laranja	Sopa de carne em cubos com legumes (batata, cenoura, abobrinha, macarrão para sopa) Melancia	Arroz, Feijão Pernil ao vinagrete quente Farofa com couve Banana	Arroz, Feijão Frango / Purê de batata Salada de repolho misto Laranja
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	MEXERICA	BANANA	PERA

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	338	48	14	10	260	58	45	4
	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	404	58	16	12	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR			

		07/07 (Segunda-feira)	08/07 (Terça-feira)	09/07 (Quarta-feira)	10/07 a 18/07
DESJEJUM (8:00h) LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Suco de laranja Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	FERIADO (Revolução Constitucionalista)	RECESSO ESCOLAR
	Inf. 4 e 5	Suco de laranja Biscoito rosquinha de coco	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão		
ALMOÇO (10:00h) JANTAR (15:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos com cenoura Salada de batata Laranja	Macarrão ao alho e óleo Carne moída com abobrinha Salada de pepino com tomate Maçã		
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)		

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	322	33	10	8	190	44	36	3
	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	345	32	11	10	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR			

		21/07 (Segunda-feira)	22/07 (Terça-feira)	23/07 (Quarta-feira)	24/07 (Quinta-feira)	25/07 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h) LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	RECESSO ESCOLAR		PLANEJAMENTO	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5				Leite com cacau Pão de forma integral com manteiga	Suco de abacaxi Biscoito maisena
ALMOÇO (10:00h) JANTAR (15:00h)	Todos				Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Batata e cenoura sauté Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos ao molho Salada de soja com cenoura Melão
LANCHE DA SAÍDA	Todos				CARAMBOLA	MEXERICA

Composição nutricional	Faixa etária	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
(Média semanal)	1 a 3 anos	Manhã / Tarde	350	44	17	12	300	98	65	4
	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	360	45	18	12	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR			

		28/07 (Segunda-feira)	29/07 (Terça-feira)	30/07 (Quarta-feira)	31/07 (Quinta-feira)	01/08 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h) LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de laranja Cuscuz com frango	Vitamina de banana e mamão Maçã	Suco de manga Pão caseiro com pasta de grão de bico	Suco integral individual Pão caseiro recheado com frango
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão		Leite com cacau Biscoito cream cracker	Suco de manga Pão de forma com pasta de grão de bico	Suco integral individual Pão de forma com patê de frango
ALMOÇO (10:00h) JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de cenoura ralada Maçã	Arroz, Feijão Carne em cubos com mandioca Salada de feijão fradinho com tomate e salsa Melão	Risoto de frango com ervilha, milho, cenoura e salsa Salada de alface com tomate Melancia	Arroz, Feijão preto Pernil ao vinagrete quente Farofa com couve Banana	Arroz, Feijão Peixe com batata Salada de repolho misto * Bolo de cacau e Creme de fruta
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	MEXERICA	BANANA	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. Creme 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	Faixa etária	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
(Média semanal)	1 a 3 anos	Manhã / Tarde	331	42	15	11	290	78	55	5
	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	352	43	15	12	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR			