



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

		04/08 (Segunda-feira)	05/08 (Terça-feira)	06/08 (Quarta-feira)	07/08 (Quinta-feira)	08/08 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00)	Inf. 1 ao 3	Suco de manga Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Torta de carne moída com legumes	Vitamina de banana e abacate Maçã	Leite Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5	Suco de manga Biscoito Rosquinha de coco	Café com leite Pão hot dog com manteiga			Leite com cacau Pão hot dog com requeijão
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de alface com tomate Laranja	Arroz, Feijão Carne moída Refogado de abobrinha e cenoura Melão	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de repolho roxo Maçã	Arroz, Feijão preto Pernil a vinagrete Virado de Couve Laranja	Macarrão ao sugo Carne moída com berinjela Salada de soja e tomate Melancia
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite Pão caseiro com manteiga	Suco de laranja Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e maçã Banana	Suco de melancia Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Cuscuz com frango
	Inf. 4 e 5	Vitamina de banana Pão de forma com manteiga	Suco de goiaba Pão de forma com requeijão		Iogurte de morango Biscoito Cream cracker	
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de repolho e beterraba Melancia	Arroz, Peixe ao molho Purê de batata Manga	Arroz, Feijão Carne em cubos com batata doce Salada de escarola com tomate Melão	Sopa de legumes com carne em cubos (mandioca, cenoura, abobrinha e macarrão de sopa) Banana	Arroz com cenoura, Feijão Frango com chuchu Salada de acelga Maçã
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	BANANA	GOIABA	MEXERICA

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	338	48	14	10	260	58	45	4
		Tarde	326	46	13	10	167	46	69	5
		Integral	666	94	27	20	427	104	114	8
	4 e 5 anos	Manhã	404	58	16	12	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR * UME Maria Rosa: Por ser integral, inverter as refeições quando arroz e feijão for no jantar.			
		Tarde	412	59	17	12				
		Integral	816	117	33	24				

		11/08 (Segunda-feira)	12/08 (Terça-feira)	13/08 (Quarta-feira)	14/08 (Quinta-feira)	15/08 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00)	Inf. 1 ao 3	Leite batido com batata doce Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e abacate Maçã	Suco de laranja Torta de frango com legumes	FÉRIADO MUNICIPAL
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão	Suco de manga Pão hot dog com manteiga	Leite com cacau Biscoito Cream cracker		
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Isca de frango ao molho Salada de beterraba cozida Maçã	Arroz, Feijão Carne em cubos com mandioca Salada de repolho Melão	Macarrão ao sugo Frango com chuchu Salada de alface Banana	Arroz, Feijão Quibe de forno Salada de escarola com tomate Melancia	
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Vitamina de banana e mamão Maçã	Suco de melancia Pão caseiro com manteiga	Leite Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau (adoçado com tâmaras) Pão caseiro com manteiga	
	Inf. 4 e 5		Suco de melancia Biscoito maisena	Café com leite Pão hot dog com manteiga	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão	
JANTAR (15:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Batata e cenoura sautê Laranja	Macarrão ao sugo Carne moída com cenoura Salada de tomate Maçã	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de pepino com tomate Banana	Sopa de feijão com legumes e frango (batata, cenoura, abobrinha e macarrão de sopa) Maçã	
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	CARAMBOLA	MEXERICA	

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	222	30	9	7	180	42	35	3
		Tarde	205	29	9	6	117	36	39	3
		Integral	427	59	18	13	297	78	74	6
	4 e 5 anos	Manhã	245	31	10	9	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR * UME Maria Rosa: Por ser integral, inverter as refeições quando arroz e feijão for no jantar.			
		Tarde	241	30	10	9				
		Integral	486	61	20	18				

		18/08 (Segunda-feira)	19/08 (Terça-feira)	20/08 (Quarta-feira)	21/08 (Quinta-feira)	22/08 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00)	Inf. 1 ao 3	Leite Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Pão caseiro com manteiga	Suco de Melancia Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana com maçã Banana	Suco de manga Cuscuz com frango
	Inf. 4 e 5	Café com leite Biscoito Rosquinha de coco	Suco de abacaxi Pão hot dog com requeijão	Leite com cacau Pão de forma integral com manteiga	Iogurte de morango Banana	
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Omelete com tomate e cebola Salada de escarola c/cenoura Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos Salada de alface e beterraba ralada Manga	Arroz, Feijão Peixe ao molho Purê de batata Melão	Arroz, Feijão Carne moída com cenoura Salada de acelga Maçã	Macarrão ao sugo Frango acebolado Salada de beterraba Melancia
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Vitamina de banana e mamão Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Vitamina de abacate e banana Banana	Suco de laranja Torta de carne moída com legumes	Leite com batata doce Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5	Vitamina de banana e mamão Pão de forma integral com manteiga	Leite com cacau Pão de forma com manteiga			Leite com cacau Biscoito Cream cracker
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de feijão branco tomate Melancia	Arroz à grega (cenoura, ervilha e milho) Frango desfiado ao molho Salada de repolho Melão	Macarrão ao sugo Carne desfiada Salada de escarola com tomate Maçã	Sopa de feijão com legumes e frango (batata, cenoura, chuchu e macarrão de sopa) Banana	Arroz, Feijão Pernil com cebola e pimentão Virado de couve Laranja
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	BANANA	KIWI	CARAMBOLA

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	328	42	15	11	290	78	55	5
		Tarde	314	40	14	11	195	56	79	4
		Integral	642	82	29	22	485	134	134	9
	4 e 5 anos	Manhã	340	43	15	12	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR * UME Maria Rosa: Por ser integral, inverter as refeições quando arroz e feijão for no jantar.			
		Tarde	373	48	16	13				
		Integral	713	117	33	24				

		25/08 (Segunda-feira)	26/08 (Terça-feira)	27/08 (Quarta-feira)	28/08 (Quinta-feira)	29/08 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Torta de carne moída com legumes	Vitamina de banana e abacate Banana	Leite Pão caseiro com manteiga	Suco individual Pão recheado com frango
	Inf. 4 e 5	Café com leite Pão de forma com manteiga			Leite com cacau Pão de forma integral com manteiga	Suco individual Pão de forma com patê de frango
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de batata Laranja	Arroz, Feijão Carne moída Salada de repolho roxo Melão	Macarrão ao sugo Frango com abobrinha Salada de grão de bico e tomate Maçã	Arroz, Feijão preto Pernil ao vinagrete Virado de Couve Laranja	Macarrão ao alho e óleo Carne moída com cenoura Salada de berterraba ralada *Bolo de cacau e Creme de fruta
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Vitamina de banana Maçã	Leite Pão caseiro com manteiga	Suco de Melancia Cuscuz com frango	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Suco individual Pão recheado com frango
	Inf. 4 e 5		Leite com cacau Pão de hot dog com requeijão		Leite com cacau Biscoito rosquinha de coco	Suco individual Pão de forma com patê de frango
JANTAR (15:00h)	Todos	Risoto de frango (com milho, cenoura e salsa) Salada de tomate Melancia	Macarrão ao alho e óleo Carne desfiada ao molho Salada de cenoura ralada Maçã	Arroz, Feijão Peixe com batata Salada alface Laranja	Sopa de legumes com frango (batata, cenoura, chuchu e macarrão de sopa) Banana	Arroz, Feijão Carne em cubos com mandioca Salada de acelga com tomate *Bolo de cacau e Creme de fruta
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	BANANA	KIWI	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 RT - 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	350	44	17	12	300	98	65	4
		Tarde	335	43	16	11	185	76	89	4
		Integral	685	87	33	23	485	174	154	8
	4 e 5 anos	Manhã	360	45	18	12	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR * UME Maria Rosa: Por ser integral, inverter as refeições quando arroz e feijão for no jantar.			
		Tarde	376	48	19	12				
		Integral	736	117	33	24				