



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

UMES ACRE, PARÁ E SANTA CATARINA

		01/09 (Segunda-feira)	02/09 (Terça-feira)	03/09 (Quarta-feira)	04/09 (Quinta-feira)	05/09 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h) LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Suco de manga Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau (adoçado com tâmará) Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana com abacate Banana	Suco de abacaxi Torta de frango com legumes	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) JANTAR (15:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de alface com tomate Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com mandioca 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 DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	BANANA	GOIABA	Suco da Ag. 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	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			

		08/09 (Segunda-feira)	09/09 (Terça-feira)	10/09 (Quarta-feira)	11/09 (Quinta-feira)	12/09 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h) LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau (adoçado com tâmará) Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Cuscuz com frango	Vitamina de banana e mamão Maçã	Leite com cacau (adoçado com tâmará) Pão caseiro com manteiga Iogurte de morango Biscoito Cream cracker	Suco de manga Pão caseiro com manteiga Suco de manga Pão de hot dog com manteiga
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão				
ALMOÇO (10:00h) JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de feijão branco com tomate Melancia	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de beterraba cozida Melão	Macarrão ao sugo Frango com cenoura Salada de alface Maçã	Arroz, Feijão Peixe ao molho Purê de batata Laranja	Arroz, Feijão Carne moída com abobrinha Salada de acelga com tomate Melancia
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar) - Ag. Familiar	CARAMBOLA	BANANA	Suco da Ag. 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	314	4	14	10	260	58	45	4
	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	396	57	16	12	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR			

		15/09 (Segunda-feira)	16/09 (Terça-feira)	17/09 (Quarta-feira)	18/09 (Quinta-feira)	19/09 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Torta de carne moída com legumes	Vitamina de banana com maçã Maçã
LANCHE (13:00h)	Inf. 4 e 5	Café com leite Biscoito maisena	Pão de hot dog com requeijão	Leite com cacau Pão de forma integral com manteiga		
ALMOÇO (10:00h) JANTAR (15:00h)	Todos	Arroz com cenoura, Feijão Ovos cozidos com salsa e azeite Salada de batata Laranja	Arroz, Feijão Quibe de forno Salada de repolho roxo Manga	Macarrão ao sugo Frango com abobrinha Salada de alface Melão	Arroz, Feijão Pernil com cebola e pimentão Virado de Couve Maçã	Macarrão ao alho e óleo Carne em cubos com cenoura Salada de beterraba ralada Melancia
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 / Tarde	328	42	15	11	290	78	55	5
	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	340	43	15	12	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR			

		22/09 (Segunda-feira)	23/09 (Terça-feira)	24/09 (Quarta-feira)	25/09 (Quinta-feira)	26/09 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Cuscuz com frango	Vitamina de banana e abacate Banana	Suco de melancia Pão caseiro com manteiga	Leite Pão caseiro com manteiga
LANCHE (13:00h)	Inf. 4 e 5	Café com leite Pão de forma com manteiga			Suco de melancia Pão de forma integral com manteiga	Leite com cacau Pão de hot dog com requeijão
ALMOÇO (10:00h) JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado com cenoura Salada de feijão fradinho com tomate Melancia	Arroz, Feijão Carne em cubos com mandioca Salada de acelga com cenoura Melão	Macarrão ao sugo Carne moída com abobrinha Salada de beterraba cozida Maçã	Arroz, Feijão Moqueca de peixe (cebola, tomate, pimentão, coentro) Batata sauté Laranja	Arroz, Feijão Isca de frango com cebola Creme de milho Melancia
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	BANANA	KIWI	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	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			

		29/09 (Segunda-feira)	30/09 (Terça-feira)	01/10 (Quarta-feira)	02/10 (Quinta-feira)	03/10 (Sexta-feira)				
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Suco individual Pão recheado com frango	Vitamina de banana Maçã	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Suco de laranja Torta de frango com legumes				
LANCHE (13:00h)	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Biscoito rosquinha de coco	Suco individual Pão de forma com patê de frango		Leite com cacau Pão de forma integral com manteiga					
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Omelete com tomate e cebola	Arroz, Feijão Carne moída Purê de batata	Macarrão ao sugo Frango com abobrinha	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora	Macarrão ao alho e óleo Carne moída com cenoura				
JANTAR (15:00h)		Cenoura e batata sauté Laranja	*Bolo de cacau e Creme de fruta	Salada de acelga com cenoura Melancia	Salada de escarola com tomate Maçã	Salada de berterraba ralada Melão				
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar) - Ag. Familiar	BANANA	CARAMBOLA	GOIABA				
* 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 / 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			