



## CARDÁPIO B - CRECHE 6 A 11 MESES - OUTUBRO/2025

### UME SANTA CATARINA

|   | 06/10 (Segunda-feira)                                 | 07/10 (Terça-feira)                                     | 08/10 (Quarta-feira)                            | 09/10 (Quinta-feira)                                       | 10/10 (Sexta-feira)  |
|---|---|---|---|--|--|
| DESJEJUM<br>(8:00h)<br>LANCHE<br>(13:00h) | Fórmula infantil 2<br>Manga                           | Fórmula infantil 2<br>Pera                              | Fórmula infantil 2<br>Abacate com banana        | Fórmula infantil 2<br>Banana                               | Fórmula infantil 2<br>Maçã   |
| ALMOÇO<br>(10:00h)<br>JANTAR<br>(15:00h)  | Batata, cenoura, feijão, espinafre,<br>ovo<br>Laranja | Mandioca, cenoura, abobrinha,<br>feijão, carne<br>Melão | Batata doce, cenoura, chuchu,<br>frango<br>Maçã | Mandioca, abóbora, feijão,<br>abobrinha, carne<br>Melancia | Mandioquinha, cenoura, feijão,<br>abobrinha, frango<br>Creme de morango com banana |
| LANCHE DA<br>SAÍDA                        | MAÇÃ  | Doce de banana (sem açúcar)                             | BANANA  | PERA   | Biscoito de polvilho   |

| Composição nutricional<br>(Média semanal) | Período       | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) | Vit. A (mcg) | Vit. C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) |
|---|---------------|----------------|---------|---------|---------|--------------|-------------|---------|---------|
|   | Manhã / Tarde | 240            | 29      | 13      | 8       | 203          | 71          | 178     | 3       |

|   | 13/10 (Segunda-feira)   | 14/10 (Terça-feira) | 15/10 (Quarta-feira) | 16/10 (Quinta-feira) | 17/10 (Sexta-feira) |
|---|---|---------------------|----------------------|----------------------|---------------------|
| DESJEJUM<br>(8:00h)<br>LANCHE<br>(13:00h) | Fórmula infantil 2<br>Maçã  | SEMANA DA EDUCAÇÃO  |                      |                      |                     |
| ALMOÇO<br>(10:00h)<br>JANTAR<br>(15:00h)  | Batata, cenoura, feijão branco,<br>abobrinha, carne moída<br>Melancia |                     |                      |                      |                     |
| LANCHE DA<br>SAÍDA                        | Doce de banana (sem açúcar)   |                     |                      |                      |                     |

| Composição nutricional<br>(Média semanal) | Período       | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) | Vit. A (mcg) | Vit. C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) |
|---|---------------|----------------|---------|---------|---------|--------------|-------------|---------|---------|
|   | Manhã / Tarde | 294            | 25      | 10      | 6       | 115          | 47          | 127     | 3       |

|   | 20/10 (Segunda-feira)   | 21/10 (Terça-feira)                                      | 22/10 (Quarta-feira)                            | 23/10 (Quinta-feira)                                  | 24/10 (Sexta-feira)                                      |
|---|---|--|---|---|--|
| DESJEJUM<br>(8:00h)<br>LANCHE<br>(13:00h) | Fórmula infantil 2<br>Pera                                    | Fórmula infantil 2<br>Maçã                               | Fórmula infantil 2<br>Banana                    | Fórmula infantil 2<br>Mamão com Banana                | Fórmula infantil 2<br>Pera                               |
| ALMOÇO<br>(10:00h)<br>JANTAR<br>(15:00h)  | Batata, cenoura, espinafre,<br>tomate, feijão, ovo<br>Laranja | Batata doce, abóbora, repolho,<br>feijão, carne<br>Melão | Mandioca, cenoura, abobrinha,<br>frango<br>Maçã | Batata, abóbora, chuchu, feijão,<br>carne<br>Melancia | Mandioca, cenoura, couve flor,<br>feijão, carne<br>Manga |
| LANCHE DA<br>SAÍDA                        | MAÇÃ  | Doce de banana (sem açúcar)                              | BANANA  | GOIABA  | Suco da Ag. Familiar                                     |

| Composição nutricional<br>(Média semanal) | Período       | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) | Vit. A (mcg) | Vit. C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) |
|---|---------------|----------------|---------|---------|---------|--------------|-------------|---------|---------|
|   | Manhã / Tarde | 307            | 35      | 17      | 11      | 211          | 60          | 190     | 3       |

|   | 27/10 (Segunda-feira) | 28/10 (Terça-feira) | 29/10 (Quarta-feira)   | 30/10 (Quinta-feira)                                 | 31/10 (Sexta-feira)   |
|---|-----------------------|---------------------|--|--|---|
| DESJEJUM<br>(8:00h)<br>LANCHE<br>(13:00h) | PONTO FACULTATIVO     | PONTO FACULTATIVO   | Fórmula infantil 2<br>Maçã                                     | Fórmula infantil 2<br>Pera                           | Fórmula infantil 2<br>Creme de morango com banana           |
| ALMOÇO<br>(10:00h)<br>JANTAR<br>(15:00h)  |                       |                     | Batata doce, cenoura, acelga,<br>abobrinha, frango<br>Melancia | Batata, cenoura, abobrinha, feijão,<br>peixe<br>Maçã | Mandioquinha, cenoura, chuchu,<br>beterraba, carne<br>Melão |
| LANCHE DA<br>SAÍDA                        |                       |                     | Doce de banana (sem açúcar)                                    | MAÇÃ   | PERA  |

| Composição nutricional<br>(Média semanal) | Período       | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) | Vit. A (mcg) | Vit. C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) |
|---|---------------|----------------|---------|---------|---------|--------------|-------------|---------|---------|
|   | Manhã / Tarde | 297            | 35      | 17      | 11      | 211          | 60          | 190     | 3       |

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