



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

		06/10 (Segunda-feira)	07/10 (Terça-feira)	08/10 (Quarta-feira)	09/10 (Quinta-feira)	10/10 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Suco integral de uva "Mini Pizza" de pão caseiro com molho, queijo mussarela, tomate e orégano	Vitamina de banana com abacate Banana	Suco de manga Cuscuz de frango	Suco individual (Agricultura Familiar) Pão de cará com carne moída
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Biscoito Cream cracker	Suco integral de uva Mini pizza com molho, queijo mussarela, tomate e orégano			
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos cozidos com salsa e azeite Salada de batata e cenoura Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com mandioca Salada de repolho com cenoura Melão	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de alface com tomate Bolo de cacau	Arroz, Feijão Lasanha de carne moída com queijo Salada de alface com tomate Melancia	Arroz, Feijão Estrogonofe de frango Cenoura e mandioquinha sautte Creche: Creme de fruta (morango com banana) / Pré: Laranja
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Suco integral de uva "Mini Pizza" de pão caseiro com molho, queijo mussarela, tomate e orégano	Suco de melancia Cuscuz de frango	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Vitamina de mamão com banana Maçã	Suco individual (Agricultura Familiar) Pão de cará com carne moída
	Inf. 4 e 5	Suco integral de uva Mini pizza com molho, queijo mussarela, tomate e orégano		Leite com cacau Pão de forma com manteiga		
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho com abobrinha Salada feijão fradinho com tomate Melancia	Sopa de feijão com frango (batata, cenoura, chuchu, macarrão para sopa) Bolo de cacau	Arroz, feijão Carne em cubos com abóbora Salada de acelga com beterraba Laranja	Arroz, Feijão Estrogonofe de frango Cenoura e mandioquinha sautte Banana	Arroz Lasanha de carne moída com queijo Salada de alface com tomate Creche: Creme de fruta (morango com banana) / Pré: Melão
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	BANANA	PERA	Biscoito de polvilho

* Bolo de cacau CRECHE: (adoçado com tâmara, uva passa e banana) e com cobertura de brigadeiro de banana (banana, leite em pó e cacau).

* Bolo de cacau PRÉ-ESCOLA: Bolo de cacau com cobertura de leite condensado

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 e Geraldo Guedes infatil: Por ser integral, inverter as refeições quando arroz e feijão for no jantar.			
		Tarde		412	59	17	12				
Integral			816	117	33	24					

		13/10 (Segunda-feira)	14/10 (Terça-feira)	15/10 (Quarta-feira)	16/10 (Quinta-feira)	17/10 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	SEMANA DA EDUCAÇÃO			
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão				
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de feijão branco com cenoura Melancia				
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Vitamina de banana Maçã				
	Inf. 4 e 5	Vitamina de banana Biscoito maisena				
JANTAR (15:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de acelga com tomate Laranja				
LANCHE DA SAÍDA	Todos	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		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				

		20/10 (Segunda-feira)	21/10 (Terça-feira)	22/10 (Quarta-feira)	23/10 (Quinta-feira)	24/10 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00)	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
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Biscoito maisena	Leite com cacau Pão de hot dog com requeijão	Suco de abacaxi Pão de forma integral com manteiga		
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz com cenoura, Feijão Omelete com tomate e cebola Salada de batata Laranja	Arroz, Feijão Quibe de forno Salada de repolho roxo Melão	Macarrão ao sugo Frango com abobrinha Salada de alface Maçã	Arroz, Feijão Carne em cubos com mandioca Salada de tomate Melancia	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de soja com couve flor e cenoura Manga
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Leite Pão caseiro com manteiga	Vitamina de abacate e banana Banana	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Suco de melancia Torta de frango com legumes
	Inf. 4 e 5	Café com leite Pão de forma integral com requeijão	Leite com cacau Pão de forma com manteiga		Iogurte de morango Biscoito Rosquinha de coco	
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão ao sugo Frango desfiado ao molho Salada de repolho Melancia	Sopa de legumes com carne (mandioca, abóbora, chuchu, macarrão para sopa) Maçã	Arroz, Feijão Peixe com batata Salada de acelga com tomate Manga	Risoto de frango (com milho, cenoura e salsa) Salada de beterraba cozida Banana	Arroz, Feijão preto Pernil com cebola e pimentão Virado de Couve Laranja
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		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				

		27/10 (Segunda-feira)	28/10 (Terça-feira)	29/10 (Quarta-feira)	30/10 (Quinta-feira)	31/10 (Sexta-feira)	
DESJEJUM (8:00)	Inf. 1 ao 3	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana Maçã	Suco individual Pão caseiro recheado com frango	
	Inf. 4 e 5			Café com leite Biscoito Rosquinha de coco	Iogurte de morango Maçã	Suco individual Pão de forma com patê de frango	
ALMOÇO (10:00h)	Todos			Macarrão ao sugo Frango com abobrinha Salada de acelga com cenoura Melancia	Arroz, Feijão Peixe com batata Salada de alface com tomate Maçã	Arroz, Feijão Carne moída Purê de batata *Bolo de cacau e Creme de fruta	
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3					Leite Pão caseiro com manteiga	Suco individual Pão caseiro recheado com frango
	Inf. 4 e 5					Suco de abacaxi Cuscuz com frango	Suco individual Pão de forma com patê de frango
JANTAR (15:00h)	Todos					Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Batata e cenoura satê Laranja	Macarrão ao alho e óleo Carne desfiada ao molho Salada de repolho *Bolo de cacau e Creme de fruta
LANCHE DA SAÍDA	Todos					Doce de banana (sem açúcar)	MAÇÃ

* 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		339	43	15	11	290	78	55	5
		Tarde		326	41	14	11	195	56	79	4
		Integral		653	83	29	22	485	134	134	9
	4 e 5 anos	Manhã		352	44	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		383	49	16	13				
Integral			736	118	33	24					