



CARDÁPIO B - CRECHE 6 A 11 MESES - NOVEMBRO/2025

UME SANTA CATARINA

	03/11 (Segunda-feira)	04/11 (Terça-feira)	05/11 (Quarta-feira)	06/11 (Quinta-feira)	07/11 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h) LANCHE (13:00h)	Fórmula infantil 2 Manga	Fórmula infantil 2 Pera	Fórmula infantil 2 Banana com abacate	Fórmula infantil 2 Banana	Fórmula infantil 2 Pera
ALMOÇO (10:00h) JANTAR (15:00h)	Mandioca, cenoura, beterraba, carne Maçã	Batata doce, cenoura, abobrinha, feijão, frango Manga	Batata, cenoura, repolho roxo, carne Melão	Batata, mandioquinha, couve, feijão preto, pernil Laranja	Batata doce, abobrinha, tomate, feijão, carne Melancia
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	BANANA	MEXERICA	PERA

Composição nutricional (Média semanal)	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	Manhã/Tarde	303	37	16	10	200	61	212	5

	10/11 (Segunda-feira)	11/11 (Terça-feira)	12/11 (Quarta-feira)	13/11 (Quinta-feira)	14/11 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h) LANCHE (13:00h)	Fórmula infantil 2 Banana com mamão	Fórmula infantil 2 Pera	Fórmula infantil 2 Maçã	Fórmula infantil 2 Banana	Fórmula infantil 2 Manga
ALMOÇO (10:00h) JANTAR (15:00h)	Mandioca, cenoura, escarola, feijão, ovo Laranja	Batata doce, chuchu, beterraba, carne Melão	Batata, cenoura, tomate, frango Melancia	Batata, mandioquinha, feijão, peixe Maçã	Batata, cenoura, abobrinha, feijão, pernil Banana
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	MEXERICA	BANANA	PERA

Composição nutricional (Média semanal)	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	Manhã/Tarde	288	36	14	8	199	62	212	3

	17/11 (Segunda-feira)	18/11 (Terça-feira)	19/11 (Quarta-feira)	20/11 (Quinta-feira)	21/11 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h) LANCHE (13:00h)	Fórmula infantil 2 Manga	Fórmula infantil 2 Pera	Fórmula infantil 2 Manga	Feriado (Dia da Consciência Negra)	Ponto Facultativo
ALMOÇO (10:00h) JANTAR (15:00h)	Batata, cenoura, beterraba frango Melancia	Mandioca, abóbora, repolho, feijão, carne Melão	Batata, abóbora, chuchu, carne Maçã		
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	PERA		

Composição nutricional (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

	24/11 (Segunda-feira)	25/11 (Terça-feira)	26/11 (Quarta-feira)	27/11 (Quinta-feira)	28/11 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h) LANCHE (13:00h)	Fórmula infantil 2 Manga	Fórmula infantil 2 Pera	Fórmula infantil 2 Banana com abacate	Fórmula infantil 2 Banana	Fórmula infantil 2 Pera
ALMOÇO (10:00h) JANTAR (15:00h)	Batata, cenoura, chuchu, feijão, ovo Laranja	Mandioca, abóbora, repolho, carne Maçã	Batata, cenoura, chuchu, frango Melancia	Batata doce, cenoura, brócolis, feijão, carne Melão	Batata, cenoura, chuchu, feijão, frango Banana com morango
LANCHE DA SAÍDA	Suco de laranja (Agricultura Familiar)	Doce de banana (sem açúcar)	NECTARINA	BANANA	PERA

Composição nutricional (Média semanal)	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	Manhã/Tarde	296	31	16	12	242	60	170	4

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