



CARDÁPIO CRECHE/FUND "UME MARTA JOSETE" TÉRREO - ABRIL/2026

		30/03 (Segunda-feira)	31/03 (Terça-feira)	01/04 (Quarta-feira)	02/04 (Quinta-feira)	03/04 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	Suco de manga Pão caseiro com manteiga	Suco de Laranja Cuscuz com ovo	Suco de uva integral (Agricultura Familiar) Pão de cará com carne moída	PONTO FACULTATIVO (Quinta-feira Santa)	PONTO FACULTATIVO (Sexta-feira Santa)
	Fund.	Suco de manga Pão hot dog com requeijão	Leite com cacau Pão de forma integral com manteiga	Leite com cacau Pão de forma com margarina		
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Omelete com tomate e cebola Batata sauté Laranja	Macarrão ao sugo Carne desfiada Salada de repolho com tomate Melão	Arroz, Feijão Peixe com purê de batata Salada de alface com tomate Creche: * Bolo de cenoura / Fund: Banana		
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite Pão caseiro com manteiga	Vitamina de Banana Maçã	Suco de uva integral (Agricultura Familiar) Pão de cará com carne moída		
	Fund.	Leite com cacau Biscoito rosquinha de coco		Suco de maracujá * Bolo de cenoura		
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de grão de bico com cenoura Melão	Arroz, Feijão Preto Pernil a vinagrete Farofa Rica (cenoura, ovo, cebola, maçã e salsa) Laranja	Creche: Macarrão ao alho e óleo com carne moída ao molho/ Salada de cenoura ralada com tomate * Bolo de cenoura Fund: Pão francês com carne moída Suco de uva integral (Agricultura Familiar)		
LANCHE DA SAÍDA	Todos	SUCO INTEGRAL IND. (AGRICULTURA FAMILIAR)	DOCE DE BANANA (SEM AÇÚCAR)	KIT PÁSCOA		

* Bolo de cenoura 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.

* Bolo de cenoura FUNDAMENTAL: Bolo de cenoura com cobertura de leite condensado e cacau e castanha de caju triturada ou fruta.

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		240	42	10	10	297	78	109	3
		Tarde		230	46	12	10	280	63	101	3
		Integral		420	67	18	16	562	129	298	6
6 a 10 anos	Integral		1206	174	56	32	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR				

		06/04 (Segunda-feira)	07/04 (Terça-feira)	08/04 (Quarta-feira)	09/04 (Quinta-feira)	10/04 (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 manga Torta de carne moída com legumes	FERIADO MUNICIPAL	PONTO FACULTATIVO
	Fund.	Leite com café Pão hot dog com margarina	Leite com cacau Pão de forma integral com manteiga	Suco de manga Pão de forma com requeijão		
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho com abobrinha / Salada de grão de bico a vinagrete Melancia	Arroz, Feijão Carne moída com chuchu Salada de beterraba ralada Maçã	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de pepino com cenoura Caqui		
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Cuscuz com frango	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga		
	Fund.	Leite com cacau Biscoito maisena		Leite com cacau Biscoito cream cracker		
JANTAR (15:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Batata e cenoura sauté Laranja	Macarrão ao sugo Isca de frango acebolada Salada de acelga com tomate Melão	Arroz com cenoura Pernil com mandioca Salada de alface Maçã		
LANCHE DA SAÍDA	Todos	DOCE DE BANANA (SEM AÇÚCAR)	MAÇÃ	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		352	49	14	11	248	51	44	5
		Tarde		337	48	13	11	187	44	94	3
		Integral		662	95	26	20	415	94	223	8
6 a 10 anos	Integral		1315	183	58	39	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR				

		13/04 (Segunda-feira)	14/04 (Terça-feira)	15/04 (Quarta-feira)	16/04 (Quinta-feira)	17/04 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Leite Pão caseiro com manteiga	Vitamina de abacate com banana Banana	Suco de abacaxi Pão caseiro com pasta de grão-de-bico	Suco de Laranja Cuscuz com ovo
	Fund.	Leite com cacau Pão hot dog com manteiga	Leite com café Pão de forma com requeijão	Leite com cacau Pão de forma integral com margarina	Suco de abacaxi Pão de forma com pasta de grão-de-bico	Leite com cacau Pão hot dog com manteiga
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de acelga com tomate Laranja	Creche: Macarrão ao sugo Fund: Arroz, feijão Frango com abobrinha Salada de escarola com cenoura Melancia	Arroz, Feijoada (Feijão preto e Pernil) Farofa/ Couve refogada Laranja	Creche: Macarrão ao alho e óleo Fund: Arroz, feijão Carne moída ao molho Salada de pepino com tomate Melão	Arroz, Feijão Moqueca de peixe (tomate, pimentão, cebola, coentro) Salada de batata Maçã
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite Pão caseiro com manteiga	Suco de Manga Torta de frango	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Vitamina de mamão com banana Maçã	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga
	Fund.	Leite com cacau Biscoito rosquinha de coco	Mingau de aveia	Vitamina de abacate Banana	Iogurte de morango Maçã	Leite com cacau Biscoito maisena
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de feijão branco com cenoura ralada / Melão	Arroz, Creche: Feijão Carne em cubos com batata doce Salada de repolho Laranja	Sopa de legumes com frango (abóbora, batata, chuchu, macarrão para sopa) Caqui	Arroz com cenoura Creche: feijão Carne em cubos com chuchu Salada de alface Banana	Macarrão ao sugo Isca de frango Salada de beterraba cozida Melancia
LANCHE DA SAÍDA	Todos	DOCE DE BANANA (SEM AÇÚCAR)	SUCO INTEGRAL IND. (AGRICULTURA FAMILIAR)	BANANA	GOIABA	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		330	46	13	10	351	84	211	4
		Tarde		346	53	11	10	401	74	215	4
		Integral		633	94	23	18	732	154	413	8
6 a 10 anos	Integral		1350	198	52	39	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR				

		20/04 (Segunda-feira)	21/04 (Terça-feira)	22/04 (Quarta-feira)	23/04 (Quinta-feira)	24/04 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	PONTO FACULTATIVO	FERIADO (Dia de Tiradentes)	Suco de abacaxi Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Leite Pão caseiro com manteiga
	Fund.			Suco de abacaxi Pão hot dog com manteiga	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão	Leite com café Pão de forma com manteiga
ALMOÇO (10:00h)	Todos			Arroz, Feijão Ovos mexidos Batata e cenoura sauté Laranja	Arroz com cenoura, Feijão Isca de frango acebolada Creme de milho Maçã	Creche: Macarrão ao sugo Fund: Arroz, Feijão Carne moída com cenoura Salada de repolho com tomate Melancia
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3			Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Leite Pão caseiro com manteiga	Suco de Melancia Cuscuz com ovo
	Fund.			Leite com cacau Biscoito cream cracker	Leite com cacau biscoito rosquinha de coco	
JANTAR (15:00h)	Todos			Macarrão ao alho é óleo Frango desfiado ao molho com milho Salada de beterraba ralada Maçã	Sopa de feijão com legumes e carne (batata, cenoura, chuchu e macarrão de sopa) Banana	Arroz Creche: feijão Carne em cubos com chuchu Salada de cenoura ralada Melão
LANCHE DA SAÍDA	Todos		DOCE DE BANANA (SEM AÇÚCAR)	MAÇÃ	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		330	46	13	13	351	84	211	4
		Tarde		348	52	11	11	401	72	215	4
		Integral		644	93	23	22	732	154	413	8
6 a 10 anos	Integral		1016	160	42	23	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR				

		27/04 (Segunda-feira)	28/04 (Terça-feira)	29/04 (Quarta-feira)	30/04 (Quinta-feira)	01/05 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Leite Pão caseiro com manteiga	Vitamina de Banana com mamão Maçã	Suco de manga Torta de carne moída com legumes	FERIADO (Dia do Trabalhador)
	Fund.	Leite com café Pão hot dog com requeijão	Leite com cacau Pão de forma integral com margarina	Suco de goiaba Pão de hot dog com manteiga	Suco de manga Pão de forma com manteiga	
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de feijão fradinho com tomate Maçã	Arroz, Feijão Carne em cubos com batata doce Salada de acelga com tomate Melancia	Arroz, Feijão preto Pernil a vinagrete Virado de couve Laranja	Creche: Macarrão ao sugo Fund: Arroz, Feijão Carne moída com abobrinha Salada de pepino com tomate Caqui	
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite Pão caseiro com manteiga	Suco de Laranja Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana com abacate Banana	
	Fund.	Leite com cacau Biscoito rosquinha de coco	Mingau de maisena	Leite com cacau Biscoito Maisena	Iogurte de morango Banana	
JANTAR (15:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de repolho com cenoura Laranja	Macarrão ao sugo Frango com chuchu Salada de cenoura ralada Maçã	Sopa de legumes e carne (batata, cenoura, abobrinha e macarrão de sopa) Melão	Arroz com cenoura Creche: feijão Carne em cubos ao molho Salada de alface Melancia	
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (SEM AÇÚCAR)	BANANA	GOIABA	

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		330	46	13	13	351	84	211	4
		Tarde		348	52	11	11	401	72	215	4
		Integral		644	93	23	22	732	154	413	8
6 a 10 anos	Integral		1315	183	58	39	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR				

Raquel N. R. C Neves
CRN-3 35646
Nutricionista RT - SAE

Dayanne dos S. Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista QT - SAE