



CARDÁPIO CRECHE/PRÉ 1 A 5 ANOS - JUNHO/2026

		01/06 (Segunda-feira)	02/06 (Terça-feira)	03/06 (Quarta-feira)	04/06 (Quinta-feira)	05/06 (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 laranja Cuscuz com frango	FERIADO (Corpus Christi)	PONTO FACULTATIVO
	Inf. 4 e 5	Leite com café Biscoito Rosquinha de coco	Leite com cacau Pão hot dog com margarina			
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Frango ao molho Salada de acelga e cenoura Melão	Arroz, Feijão Moqueca de peixe (pimentão, cebola, coentro, tomate) Salada de batata Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com mandioca Salada de alface Mexerica		
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Torta de carne moída com legumes	Leite Pão caseiro com manteiga		
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de forma com manteiga		Leite com cacau Biscoito Maisena		
JANTAR (15:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de pepino com tomate Laranja	Sopa de legumes com frango (mandioca, abóbora, chuchu, macarrão para sopa) Maçã	Macarrão ao sugo Carne moída com abobrinha Salada de escarola com tomate Melão		
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	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		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: Por ser integral, inverter as refeições quando arroz e feijão for no jantar.			
		Tarde		412	59	17	12				
		Integral		816	117	33	24				

		08/06 (Segunda-feira)	09/06 (Terça-feira)	10/06 (Quarta-feira)	11/06 (Quinta-feira)	12/06 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00)	Inf. 1 ao 3	Leite Pão caseiro com manteiga	Suco de goiaba Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e mamão Maçã	Suco de abacaxi Torta de c. moída com legumes	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Biscoito cream cracker	Suco de goiaba Pão de forma integral com manteiga			Leite com cacau Pão de forma com manteiga
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Batata e cenoura sautê Laranja	Arroz, Feijão Frango com mandioca Salada de beterraba cozida Melancia	Macarrão ao sugo Carne moída com abobrinha Salada de escarola com tomate Melão	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de repolho com tomate Maçã	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de pepino com cenoura Banana
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Suco de abacaxi Cuscuz com ovo	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Leite Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e abacate Maçã
	Inf. 4 e 5		Leite com cacau Pão hot dog com requeijão	Leite com café Pão de forma com manteiga	Iogurte de morango Biscoito maisena	
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho com cenoura Salada de soja com tomate Melão	Sopa de feijão com carne em cubos (cenoura, batata, chuchu, macarrão para sopa) Maçã	Arroz, Feijão preto Pernil com cenoura Virado de acelga Banana	Arroz com brócolis Frango com batata Salada de cenoura ralada Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com chuchu Salada de alface Melancia
LANCHE DA SAÍDA	Todos	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	MAÇÃ	MEXERICA	BANANA	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		314	4	14	10	260	58	45	4
		Tarde		303	45	13	10	167	46	69	5
		Integral		624	93	27	20	427	104	114	8
	4 e 5 anos	Manhã		396	57	16	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		402	58	17	12				
		Integral		798	116	33	24				

		15/06 (Segunda-feira)	16/06 (Terça-feira)	17/06 (Quarta-feira)	18/06 (Quinta-feira)	19/06 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00)	Inf. 1 ao 3	Leite Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e maçã Banana	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Cuscuz com ovo
	Inf. 4 e 5	Leite com café Biscoito Rosquinha de coco	Suco de manga Pão hot dog com manteiga		Leite com cacau Pão de forma com requeijão	
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Macarrão ao sugo Carne moída com berinjela Salada de feijão branco e tomate Melão	Arroz, Feijão Carne em cubos com mandioca Salada de repolho misto (verde e roxo) Maçã	Macarrão ao alho e óleo Frango com cenoura Salada de alface Melancia	Arroz, Feijão preto Pernil a vinagrete Virado de Couve Laranja	Arroz, Feijão Peixe ao molho Purê de batata Banana
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Leite Pão caseiro com manteiga	Suco de laranja Pão caseiro com manteiga	Suco de melancia Torta de legumes (cenoura, abobrinha, cebola, tomate e salsa)	Vitamina de banana Maçã
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Leite com cacau Biscoito Cream cracker	Suco de laranja Pão de forma integral com margarina		Iogurte de morango Maçã
JANTAR (15:00h)	Todos	Arroz, Feijão Omelete com cenoura e cebola Salada de pepino com tomate Laranja	Risoto de frango com cenoura, ervilha, milho e salsa Salada de acelga Melancia	Arroz, Feijão Carne em cubos com batata doce Salada de escarola com tomate Maçã	Sopa de feijão com frango (abóbora, batata, chuchu e macarrão para sopa) Banana	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de beterraba ralada Melão
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	BANANA	CARAMBOLA	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		328	42	15	11	290	78	55	5
		Tarde		314	40	14	11	195	56	79	4
		Integral		642	82	29	22	485	134	134	9
	4 e 5 anos	Manhã		340	43	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		373	48	16	13				
		Integral		713	117	33	24				

		22/06 (Segunda-feira)	23/06 (Terça-feira)	24/06 (Quarta-feira)	25/06 (Quinta-feira)	26/06 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00)	Inf. 1 ao 3	Leite Pão caseiro com manteiga	Suco de melancia Torta de frango	Vitamina de banana com maçã Maçã	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Pão de cará com carne moída/ Milho verde / Pinhão / Suco individual
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de hot dog com manteiga			Leite com cacau Pão de forma integral com margarina	
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de batata Laranja	Macarrão ao sugo Frango com abóbora Salada de beterraba ralada Melão	Arroz, Feijão Carne moída ao molho Salada de repolho com tomate Banana	Arroz, Feijão Carne em cubos com mandioca Salada de alface *Bolo de cacau	Caldo verde com pernil Creche: Arroz doce com canela adoçado com tâmara Pré: Arroz doce com canela
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Cuscuz com frango	Leite Pão caseiro com manteiga	Vitamina de abacate com banana Maçã	Pão de cará com carne moída/ Milho verde / Pinhão / Suco individual
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Biscoito maisena		Leite com café Pão de forma com requeijão		
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de grão de bico a vinagrete Melancia	Arroz, Feijão Peixe com batata Salada de cenoura ralada Maçã	Macarrão ao sugo Frango com cenoura Salada de acelga Laranja	Caldo verde com pernil *Bolo de cacau	Risoto de frango (cenoura, ervilha, milho e salsa) Creche: Arroz doce com canela adoçado com tâmara Pré: Arroz doce com canela
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	PERA	GOIABA	Creche: Biscoito de polvilho Pré: PAÇOCA (tradicional)

* 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.

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					

		29/06 (Segunda-feira)	30/06 (Terça-feira)	01/07 (Quarta-feira)	02/07 (Quinta-feira)	03/07 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00)	Inf. 1 ao 3	Leite Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Cuscuz com frango	Vitamina de banana e mamão Maçã	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5	Leite com café Biscoito Cream cracker			Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão	Suco de abacaxi Pão de forma com manteiga
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de feijão fradinho e tomate Melancia	Arroz, Feijão Isca de frango acebolada Creme de milho Maçã	Macarrão ao sugo Carne em cubos desfiada Salada de escarola com tomate Laranja	Arroz, Feijão Frango com abóbora Banana	Arroz, Feijão Pernil com mandioca Salada de acelga com cenoura Laranja
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Leite Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Torta de c. moída com legumes	Suco de laranja Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e abacate Maçã
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Leite com cacau Pão de hot dog com manteiga		Iogurte de morango Biscoito maisena	
JANTAR (15:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Salada de batata Laranja	Arroz com cenoura Carne moída com abobrinha Salada de beterraba ralada Melão	Arroz, Feijão preto Pernil com cenoura Virado de acelga Maçã	Sopa de legumes com carne (abóbora, mandioca, chuchu e macarrão para sopa) Melancia	Macarrão ao sugo Frango com chuchu Salada de alface Banana
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	CARAMBOLA	MEXERICA	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		314	4	14	10	260	58	45	4
		Tarde		303	45	13	10	167	46	69	5
		Integral		624	93	27	20	427	104	114	8
	4 e 5 anos	Manhã		396	57	16	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		402	58	17	12				
		Integral		798	116	33	24				

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

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