



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

		29/06 (Segunda-feira)	30/06 (Terça-feira)	01/07 (Quarta-feira)	02/07 (Quinta-feira)	03/07 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	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 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				

		06/07 a 08/07	09/07 e 10/07	13/07 a 24/07
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	SEMANA DA EDUCAÇÃO	FERIADO (Revolução Constitucionalista)	RECESSO ESCOLAR
	Inf. 4 e 5			
ALMOÇO (10:00h)	Todos			
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3			
	Inf. 4 e 5			
JANTAR (15:00h)	Todos			
LANCHE DA SAÍDA	Todos			

		27/07 (Segunda-feira)	28/07 (Terça-feira)	29/07 (Quarta-feira)	30/07 (Quinta-feira)	31/07 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Suco de melancia Torta de carne moída com legumes	Vitamina de banana e mamão Maçã	Leite Pão caseiro com manteiga	Suco integral individual Bolo de cacau simples, adoçado com tâmara
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Biscoito rosquinha de coco			Iogurte Pão hot dog com manteiga	Suco integral individual Bolo simples
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de cenoura ralada Maçã	Arroz, Feijão Carne em cubos com mandioca Salada de beterraba cozida Melão	Arroz, Feijão preto Pernil ao vinagrete quente Virado de couve Laranja	Macarrão ao sugo Frango com cenoura Salada de alface Melancia	Arroz, Feijão Peixe ao molho com batata Salada de repolho com tomate Banana
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Suco de manga Cuscuz com ovo	Leite Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e abacate Banana	Suco integral individual Bolo de cacau simples, adoçado com tâmara
	Inf. 4 e 5		Leite com cacau Pão de forma integral com margarina	Leite com cacau Pão de forma com manteiga		Suco integral individual Bolo simples
JANTAR (15:00h)	Todos	Arroz com cenoura, Feijão Ovos mexidos Salada de acelga com tomate Laranja	Risoto de frango (cenoura, milho, molho e salsa) Salada de repolho Melancia	Sopa de feijão com carne (abóbora, chuchu, batata, macarrão para sopa) Banana	Arroz, Feijão Carne moída com abobrinha Salada de pepino com tomate Maçã	Arroz / Carne em cubos com abóbora Salada de feijão fradinho com tomate e salsa Melão
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	MEXERICA	BANANA	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		363	49	14	11	248	51	44	5
		Tarde		358	48	13	11	187	44	94	3
		Integral		685	95	26	20	415	94	223	8
	4 e 5 anos	Manhã		604	86	25	16	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR * UME Maria Rosa: Por ser integral, inverter as refeições quando arroz e feijão for no jantar.			
		Tarde		582	80	21	14				
		Integral		1112	168	48	23				

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

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