



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

(UME PARÁ)

		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	Leite com cacau (adoçado com tâmara)	Vitamina de banana e mamão Maçã	Suco de abacaxi Pão caseiro com manteiga
	LANCHE (13:00h)	Inf. 4 e 5		Leite com café Biscoito Cream cracker		Pão caseiro com manteiga 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 fradinho e tomate Melancia	Arroz, Feijão Isca de frango acebolada Creme de milho Maçã	Sopa de legumes com carne (abóbora, mandioca, chuchu e macarrão para sopa) Banana	Arroz, Feijão Frango com abóbora Salada de pepino com tomate Melão	Arroz, Feijão Pernil com mandioca Salada de acelga com cenoura laranja
JANTAR (15:00h)		LANCHE DA SAÍDA	Todos	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	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 / Tarde	314	4	14	10	260	58	45	4
	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	396	57	16	12	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR * UME Maria Rosa: Por ser integral, inverter as refeições quando			

		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
	LANCHE (13:00h)			
ALMOÇO (10:00h)	Todos			
JANTAR (15:00h)				
LANCHE DA SAÍDA	Todos			

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 / Tarde	322	33	10	8	190	44	36	3

(média semanal)	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	345	32	11	10	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR			
-----------------	------------	---------------	-----	----	----	----	---	--	--	--

		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	
	LANCHE (13:00h)	Inf. 4 e 5					Leite com cacau Biscoito rosquinha de coco
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	Sopa de feijão com frango (abóbora, chuchu, batata, macarrão para sopa) Melancia	Arroz, Feijão Peixe ao molho com batata Salada de repolho com tomate Banana	
JANTAR (15:00h)		LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	MEXERICA	BANANA

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 / Tarde	331	42	15	11	290	78	55	5
	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	352	43	15	12	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