



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

UME PARÁ

		03/08 (Segunda-feira)	04/08 (Terça-feira)	05/08 (Quarta-feira)	06/08 (Quinta-feira)	07/08 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	Suco de manga Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Torta de carne moída com legumes	Vitamina de banana e abacate Maçã	Leite Pão caseiro com manteiga
LANCHE (13:00h)	Inf. 4 e 5	Suco de manga Biscoito Rosquinha de coco	Leite com cacau Pão hot dog com margarina			Leite com café Pão forma integral com manteiga
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos Batata e cenoura sauté Laranja	Arroz, Feijão Peixe com batata Refogado de abobrinha e cenoura Melão	Sopa de legumes com carne em cubos (mandioca, cenoura, abobrinha e macarrão de sopa) Maçã	Arroz, Feijão preto Pernil a vinagrete Virado de Couve Laranja	Macarrão ao sugo Carne moída com berinjela Salada de soja e tomate Melancia
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	BANANA	GOIABA	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	338	48	14	10	260	58	45	4
	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	404	58	16	12	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR			

		10/08 (Segunda-feira)	11/08 (Terça-feira)	12/08 (Quarta-feira)	13/08 (Quinta-feira)	14/08 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e maçã Banana	Suco de laranja Cuscuz com frango	Leite Pão caseiro com manteiga
LANCHE (13:00h)	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Biscoito maisena	Suco de manga Pão de forma com Manteiga			Leite com cacau Pão hot dog com manteiga
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Isca de frango ao molho Salada de beterraba cozida Maçã	Arroz, Feijão Pernil com mandioca Salada de repolho com cenoura Melão	Sopa de feijão com legumes e Carne (batata, cenoura, abobrinha e macarrão de sopa) Maçã	Arroz, Feijão Frango com chuchu Salada de escarola com tomate Melancia	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de acelga Laranja
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 / Tarde	222	30	9	7	180	42	35	3
	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	245	31	10	9	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR			

		17/08 (Segunda-feira)	18/08 (Terça-feira)	19/08 (Quarta-feira)	20/08 (Quinta-feira)	21/08 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite Pão caseiro com manteiga	Suco de melancia Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Vitamina de mamão com maçã Banana	Suco de manga Cuscuz com ovo
LANCHE (13:00h)	Inf. 4 e 5	Iogurte Biscoito Cream cracker	Suco de melancia Pão hot dog com manteiga	Iogurte Pão de forma com manteiga		
ALMOÇO (10:00h) JANTAR (15:00h)	Todos	Arroz, Feijão Omelete com tomate e cebola Salada de escarola c/cenoura Laranja	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de beterraba ralada Melancia	Arroz, Feijão Moqueca de peixe (pimentão, cebola, coentro, tomate) Purê de batata Melão	Arroz, Feijão Carne em cubos com mandioca Salada de acelga Maçã	Sopa de feijão com legumes e frango (batata, cenoura, chuchu e macarrão de sopa) Banana
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	BANANA	MEXERICA	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 / Tarde	328	42	15	11	290	78	55	5
	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	340	43	15	12	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR			

		24/08 (Segunda-feira)	25/08 (Terça-feira)	26/08 (Quarta-feira)	27/08 (Quinta-feira)	28/08 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Torta de legumes	Vitamina de banana e abacate Banana	Leite Pão caseiro com manteiga	Suco integral individual Pão recheado com frango
LANCHE (13:00h)	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco			Leite com cacau Pão de forma integral com manteiga	Suco integral individual Pão de forma com patê de frango
ALMOÇO (10:00h) JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão ao sugo Frango desfiado com milho e salsa Salada de tomate Melancia	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de repolho roxo Melão	Arroz, Feijão Carne moída com abobrinha Salada de grão de bico e tomate Maçã	Arroz, Feijão preto Pernil ao vinagrete Virado de acelga Laranja	Sopa de legumes com carne (batata, cenoura, chuchu e macarrão de sopa) *Bolo de cacau e Creme de fruta
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	BANANA	MEXERICA	PERA

*** 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 / Tarde	350	44	17	12	300	98	65	4
	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	360	45	18	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 OT - SAE