CARDÁPIO CRECHE 1 A 3 ANOS - MARÇO/2022

	21/03 (Segunda-Feira)	22/03 (Terça-feira)	23/03 (Quarta-feira)	24/03 (Quarta-feira)	25/03 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de Banana Maçã	Vitamina de Mamão Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Banana
ALMOÇO (10:00h)	Arroz, Feijão Atum ao molho Salada de acelga Maçã	Arroz, Feijão Preto Pernil com mandioca Salada de repolho Banana	Arroz, Feijão Ovos mexidos Batata e abóbora sautê Laranja	Arroz, Feijão Carne moída ao molho Salada de Pepino Melão	Arroz, Feijão Isca de frango acebolada Purê de batata Maçã
LANCHE (13:00h)	Vitamina de Banana Mamão	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com Manteiga	Leite com cacau Maçã	Suco de abacaxi Pão cas. com patê de cenoura
JANTAR (15:00h)	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho / Salada de beterraba cozida Laranja	Risoto de frango com abóbora e abobrinha Salada de escarola Maçã	Sopa de feijão com carne em cubos (abóbora, chuchu, macarrão) Melancia	Macarrão ao sugo Frango com abóbora Salada de repolho Banana	Arroz com cenoura e salsa Carne em cubos com mandioca Salada de escarola Melancia

Composição nutricional (Média semanal)	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	Manhã	1.836,72	188,51	78,97	85,20	547,01	80,50	625,12	7,61
	Tarde	1.788,37	215,48	61,76	75,49	1.117,94	98,55	534,02	10,31
	Integral	3.625,09	403,99	140,73	160,69	1.664,95	179,05	1.159,14	17,92

Observação: Crianças menores de 02 anos NÃO podem consumir nenhuma preparação com açúcar.

Suzana Ruth Vieira da Silva
CRN-3 21934
Nutricionista - SAE

Shirley Lopes Fernandes da Silva
CRN-3 16607
Nutricionista Bonizzoni