

CARDÁPIO CRECHE 7 A 11 MESES - 2024

HORARIOS	Segunda Feira	Terça Feira	Quarta Feira	Quinta Feira	Sexta Feira
7h	PAPA DE FRUTAS COM AVEIA (frutas amassadas, banana, mamão e aveia em flocos)	VITAMINA DE BANANA (banana e leite)	PAPA DE TUBÉRCULO COM LEITE (batata doce e leite)	VITAMINA DE FRUTA COM AVEIA (banana ou mamão e leite)	ARROZ DE LEITE (arroz branco e leite)
09:30h	FRUTA AMASSADA (mamão e banana)	FRUTA AMASSADO COM AVEIA (mamão, banana e aveia em flocos)	FRUTA (mamão, laranja, melancia e banana)	FRUTA EM CUBOS (mamão e melancia)	FRUTAS EM PEDAÇOS (mamão e melancia)
11:30 h	PAPA DE LEGUMES COM FRANGO (batata inglesa, cenoura, chuchu e carne moída de frango)	PAPA DE LEGUMES E OVOS (batata inglesa, cenoura, chuchu e Ovos)	PAPA DE LEGUMES COM CARNE (batata inglesa, cenoura, chuchu e carne moída bovina)	CANJA DE FRANGO (arroz, frango, batatinha, cenoura, chuchu, tomate, cebola e sal)	PURÊ DE BATATA Frango desfiado (batata inglesa, peito de frango e leite)
14:30	TUBÉRCULO (AMASSADO) E OVOS (macaxeira ou batata doce, ovos) SUCO DE FRUTA (polpa e água)	SOPA DE ABÓBORA COM FRANGO DESFIADO (abóbora, arroz, peito de frango, tomate, cebola, alho sal, batata inglesa e cenoura)	CALDO DE MACAXEIRA FRANGO DESFIADO (macaxeira, peito de frango, alho, cebola, sal, tomate, batata inglesa e cenoura)	PURÊ DE ABOBORA CARNE MOÍDA DE FRANGO (abóbora, carne moída de frango, tomate, cebola, alho sal, batata inglesa e cenoura)	SOPA DE LEGUMES COM CARNE BOVINA DESFIADA (feijão, macarrão argolinha, carne bovina, batata inglesa, alho, cebola, sal, cenoura e chuchu)
Composição semanal/ Média semanal	Energia (kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Lipídio (g)	
	600Kcal	17% 27g	49% 71g	21% 14g	
	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	CA (mg)	FE (mg)	
	115,95 mcg	140,12 mg	231,23 mg	3,81mg	

OBS: NÃO USAR ACÚÇAR

OBS: USAR O SAL COM MODERAÇÃO

OBS: PAPAS DE LEGUMES E TUBÉRCULOS SERVIR AMASSADO COM GARFO.

RENYCRIS HIRLLYAN

Nutricionista CRN: 30015