

CARDÁPIO CRECHE 1 a 3 ANOS - 2024

HORÁRIOS	Segunda Feira	Terça Feira	Quarta Feira	Quinta Feira	Sexta Feira
07h30	CUSCUZ COM LEITE E OVOS (fubá, leite em pó, ovos cozido e sal)	MINGAU (aveia ou farinha láctea ou corilon ou cremozina ou amido) OU PÃO ASSADO (pão, margarina) SUCO DE POLPA (água, polpa de fruta)	SOPA DE CARNE BOVINA (macarrão espaguete, feijão, tomate, cebola, pimentão, chuchu, batatinha, alho, cenoura, colorífico, tempero e sal)	RISOTO (arroz, carne moída frango, tomate, cebola, cenoura, pimentão, alho, colorífico, tempero e sal)	CUSCUZ RECHEADO (fubá, carne moída bovina, tomate, cebola, pimentão, alho, colorífico, tempero e sal)
09h30	FRUTA (banana, laranja ou melancia)	FRUTA (banana, laranja ou melancia)	FRUTA (banana, laranja ou melancia)	FRUTA (banana, laranja ou melancia)	FRUTA (banana, laranja ou melancia)
11h30	ARROZ DE CENOURA FEIJÃO CARNE MOÍDA BOVINA (óleo, tomate, cebola, batatinha, chuchu, cenoura, pimentão, alho, colorífico, tempero e sal) FRUTA (LARANJA/BANANA/MELANCIA)	ARROZ FRANGO DESFIADO LEGUMES COZIDO (peito de frango, óleo, tomate, cebola, batatinha, chuchu, cenoura, pimentão, alho, colorífico, tempero e sal) SUCO DE POLPA (água e polpa)	MACARRONADA A BOLONHESA (macarrão parafuso, carne moída bovina, óleo, tomate, cebola, cenoura, pimentão, alho, colorífico, tempero e sal)	ARROZ FRANGO DESFIADO FEIJÃO (peito de frango, óleo, tomate, cebola, batatinha, chuchu, cenoura, pimentão, alho, colorífico, tempero e sal) FRUTA (LARANJA/BANANA/MELANCIA)	ARROZ FEIJÃO COM LEGUMES CARNE GUISADA (óleo, tomate, cebola, batatinha, chuchu, cenoura, pimentão, alho, colorífico, tempero e sal)
13h30	SOPA DE LEGUMES COM CARNE PICADINHA (macarrão argolinha, feijão, tomate, cebola, pimentão, chuchu, batatinha, alho, cenoura, colorífico, tempero e sal)	BOLO DE AVEIA COM BANANA (banana madura, aveia, farinha de trigo, ovos, leite em pó, margarina ou óleo) SUCO DE POLPA (água e polpa)	CUSCUZ COM LEITE E OVOS (fubá, leite em pó, ovos cozido e sal)	SOPA DE LEGUMES COM CARNE PICADINHA (macarrão parafuso, tomate, cebola, pimentão, chuchu, batatinha, alho, cenoura, colorífico, tempero e sal)	CANJA DE FRANGO (arroz, peito de frango, tomate, cebola, pimentão, chuchu, batatinha, alho, cenoura, colorífico, tempero e sal)
Composição semanal/ Média semanal	Energia (kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Lipídio (g)	
	594,34 Kcal	18% 26g	55% 76g	27% 18g	
	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	CA (mg)	FE (mg)	
	295,80 mcg	23,08 mg	295,5 mg	5,56mg	

RENYCRIS HIRLLYAN

Nutricionista CRN: 30015